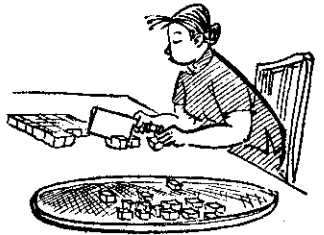


法做的乳腐豆

年伯李



豆腐
乳簡稱腐
乳，在食
品釀酵工
業上是一
種最簡單
的加工業
，所用原
料都可向
市場上購
得配合而
成，無需
電力或其他複雜設備。製成品
色香味美，營養豐富貯藏耐久
。現在介紹各種做法如後。

用具——家庭一次製造三、五百塊時，普通能容二公升水之廣口玻璃瓶或廣口罐二、三隻，直徑八公寸之圓竹匾四個，已够應用。

製造方法——做任何種的豆腐乳，都需要先做到下面四個步驟，所不同就是最後所加的

材料而已。

(1) 白豆腐乾的準備：一般家庭製造，可直接購買市場上之白豆腐乾，如覺水分太多，可預先請豆腐販將水分多壓出一些（水分太多，不易製成理想的豆腐乳）。把白豆腐乾切成四塊，放入沸水中，煮五分鐘消毒。

(2) 腐乳胚之製造：把已經消毒過之白豆腐乾，取出晾乾後，每塊距離約二公分直立在圓竹匾內（竹匾可用煮豆乾的沸水刷洗消毒），將另一竹匾覆蓋於其上，置於陰涼處，（臺灣北部氣溫，每年十一月至翌年三月，均可自然釀酵，毋須接種，在高溫季節釀酵不易成功，須特別注意。）兩三天後，豆乾表面發生粘液起皺紋，白色菌絲開始生長，五天後白色菌絲變淡黃色，就已成熟，是為腐乳胚，或稱白胚或淡胚。

(3) 腐乳胚之鹽漬：釀酵成熟之白胚，表面滿生菌絲，用手輕輕壓平，按其重量的百分之十五加鹽於罐內，二天可脫出水份百分之十，如白胚

含水分較多，則用鹽量亦應增加。鹽漬後之腐乳胚，俗稱鹽胚，堅硬不易破碎。

(4) 浸漬與貯藏：鹽胚製成後就可加入不同的漬料，裝罐貯藏，罐口用油紙或玻璃布扎緊，使不透氣，移於陰涼處，如豆腐胚含水分較多，三〇天左右，可分解成熟，含水量較少，須貯存六〇—九〇天才成熟。

男子秋便裝



秋天了，每人都需要一件輕便的外衣，這裡特別介紹一件縫製簡單的男用外衣。

照圖先將樣子畫在紙上剪下。注意腋窩部分，比較複雜，不要剪錯。前後兩片袖子剪下，沿中央部分貼好，使後兩片合成一片，就成下圖中間的那片袖樣圖。

裁時將紙樣放在布上，四邊都留出縫邊，大約一公分。衣服的下邊與袖口邊要留寬些，大約三公分就够了。

縫時，先將口袋車在前身上再縫肩部，最好先用手縫一次以免走樣，最後將襟邊縫上，開扣洞就成功了。

最好選用毛呢質料，為經濟起見也可選用卡其或厚的布做，做雙層的就更暖些。需要九尺布料，用兩種顏色布料也可。

這件衣服是按照普通男子尺寸製的，一般體格的男子都可用。

製造時應注意的事：

- (1) 豆腐乾如含水量過多，菌絲難於生長，不能包被白胚四面，成熟時易於破碎。
- (2) 在製造的過程中，絕對不能碰到生水，否則製品色澤難獲一律。
- (3) 豆腐乳製造係利用低溫釀酵，貯藏之所，應避陽光直射，否則製品難獲美滿。
- (4) 製造時，所用一切器具，均應先用沸水消毒，兩手亦宜洗淨，或用酒精消毒，以免雜菌侵入。
- (5) 如短期內食用，食鹽加百分之十五已足，貯藏用其比例應增至百分之二十。
- (6) 裝罐後，罐口要封密，如封口不慎，空氣漏入，製品上層易於變黑。

下次再分別告訴農友各種豆腐乳的漬法。（未完下期續）

