

洋菇的幾種吃法

李之謙

最近，在菜攤上，有很多白色圓形傘狀的小東西出售，那就是洋菇；也就是本省宴席上的名貴珍品，稱為西洋松茸的。但是現在價格却很便宜，每斤只五、六元；有時甚至三、四元就可買到。



洋菇的價格，所以這麼便宜，是因為近年來，有很多人用人工方法栽培的結果。利用化學肥料，在栽培床上大量的繁殖，產量多，價格當然就便宜，以廉價而能吃到美味的東西，這真是本省同胞的一大福音。

購買的時候，要注意選擇一下。以淡黃色或白色，形小，柄短，並且把它翻過來，下面被膜包得很緊，或者剛欲開裂的為上品。因為這樣才是新鮮的，而且香味特別濃厚。如果顏色已經發黑，那麼表示已經放了好幾天了，如果菇蓋的反面，被膜已經裂開，並且可以看見裡面一條條黑色的菌褶的話，這種菇的鮮味和香味都較差。

洋菇的營養價值很高，乙

種維他命含量很豐富。吃法很多，不論單煮和其他菜肉合煮，都很好吃。現在僅介紹幾種簡單的如下：

①可以紅燒肉，把洋菇去蒂，洗淨和肉同時下鍋，煮出來的肉特別香美。
②和其他的菜或肉片、魚丸一起燉湯。

③把洋菇切成兩半，或者切成絲，用來炒肉絲或肉片。

④可以做餡：把洋菇切細，和白菜、肉丁、蝦米等一起剁碎，可用來做包子，元宵或春捲的餡子。

⑤洋菇煮豆腐：豆腐洗淨，晾去水分，放沸油中煎至兩面發黃；如用嫩豆腐，就不必煎了，只把豆腐放油裡輕輕一炒，加入洋菇同煮（洋菇對切，量多少不拘）。至豆腐中間起小洞時即可起鍋，味美無比。

⑥鍋中放很少量的花生油（只須使鍋略沾油即可，切不可多）。油熱，將洋菇一斤放入焙炒，炒透後，倒入醬油一

宜多。油熱，將洋菇一斤放入焙炒，炒透後，倒入醬油一

瓶，煮至沸滾，即刻取起，封入罐或瓶中，可存很久。洋菇可用以做吃粥小菜，醬油則鮮美至極，比市上賣的香菇醬油要好得多，用來涼拌生菜，拌麵或粥都是無上妙品。

以上所說各種洋菇的吃法，洋菇的量都可以自由增減的，不過量越多，味道越鮮美。

女西裝褲

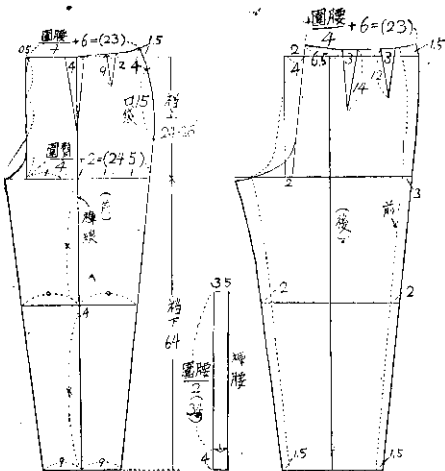
馮鏡淳



寶島的冬天本來是不算太冷的，但當寒流侵襲時，仕女們的旗袍或衫裙就都不足以禦寒了，所以長褲也是很必要的。也許有些讀者對作西褲的方法不十分知道，現特介紹於下。

材料：①本省產棉毛織品均可，雙幅料約一公尺（單幅料加倍），顏色以較深者為宜。②裡布半公尺（薄綢或麻較宜）。③袋布少許（白棉布即可）。④拉練一條。⑤鈕扣一個。

製圖：①襠上尺寸應加長（其長度為腰帶即褲腰的二分之一寬）。②腰圍與臀圍應差較多，故腰間應多打摺。③臀圍應較身體加寬八公分至十公分。④後中心應



畫較深。⑤褲脚無需向外折。縫法：說明略。

附量法：①褲長由腰量至足踝（較短亦可）。②襠上尺寸坐於椅上由腰量至椅面即是。③腰圍，臀圍應只穿襯衣量妥。