

# 腐豆製自庭家

田本黃



豆腐是一種營養豐富，價格低廉的食品。它的製法很簡單，現在就把它做法，介紹在下面，也佳作主婦們參考：

## 原料

生大豆（或珠豆）十公升，凝固劑〇・二公升。

凝固劑普通是用石膏，鹽滷，加二至三倍水溶解成溶液

## 浸洗

將大豆放入水桶內用兩手充分攪拌洗滌，同時除去浮在水面上的夾雜物、未熟、和有病蟲害的大豆粒。

然後放在水桶內用清水浸

漬（普通夏天需十—十二小時，冬天需十八—二十小時），至大豆重量約增加兩倍，容積增加一倍，用手指輕輕地一捏，就成為兩片時為度。

## 磨成豆漿

由上所得的原料，用石磨磨成豆漿，磨時必須加入少量水和豆同時磨，但不宜多加，否則原料液將較粗，由此所得的原料液就是豆漿。

## 煮沸

豆漿倒入鍋內用火加熱至沸騰，並繼續沸騰三十分鐘。沸騰時易生白泡，加少量菜油或冷水攪拌，就可減少白泡。

## 過濾

經煮熟的豆漿用濾布過濾（普通粗白布即可），然後稍為壓擠，使豆乳與豆粕完全分離，由此所得的豆乳，可供製豆腐，豆粕可供飼料用。

## 加凝固劑

待豆乳溫度稍降下（用手試之，覺得尚熱為度）時，加入凝固劑，迅速均勻攪拌後，靜放使蛋白質凝成豆腐。次將豆腐放在已經用濾布鋪好的四方形木框內，並用重石壓除水分，就得製品，必要時可將製品放在清水中除去苦汁，就可得較好的製品。

## 剩餘食物保存法

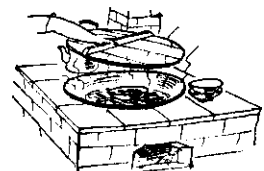
新

我們吃的飯菜，最好是一餐只夠一餐吃的份量，不使有剩餘。但是假如如有剩餘的，糟塌了未免可惜，必須好好地保存，因為天然，食物很容易腐敗。

水箱固然是一種很好的保存食物的器具，可是由於水箱的價格較高，恐怕不是每一家都能買得起的。這裡告訴你一個很簡單的保存食物法。

鍋中放清水，水上放一木架，將食物置碗中，放在木架上（也可以不用木架，將碗直接放在水中），蓋緊鍋蓋，使密合無縫，然後加熱煮沸約十五分鐘，將鍋取下，絕對不要打開鍋蓋，直到預備吃時為止。

這是利用高溫殺菌，並且隔絕外界細菌進入的方法。但只能保持一、二日，放久了還是要壞的。



## 克難桌燈

陳料

線輪四個（用完的針車線輪）。燈頭、到外面。插頭、燈泡各一個，花線一公尺。厚一公分，直徑十公分及七公分圓形木板各一塊。水膠（黏線輪及木板用）少許。

作法：燈頭和花線接好。

第一個線輪沿中心孔修整後，將電線自中心穿過，燈頭插在線輪中央。

再將花線連續穿過其餘三個線輪。

把直徑七公分的圓木板中央鑽一孔，如線輪孔的大小，並自孔至一邊，用刀刻一小溝。

將花線自木板孔中穿過，經小溝通

