

快樂過春節

由大

農曆春節

，又在眼前了，這是我國農村中最為人重視的節日。大家忙碌了一年，現在的確應該儘量歡樂一下。主婦們幾乎早在一、二個月前就忙着修理房屋，粉刷牆壁呀，為孩子做新衣呀

、磨粉做年糕呀、忙得不可開交，總希望大家能愉快地過節。先生們也幫着忙這忙那，一趨趨地上街辦年貨，或者自用，或者送人。

有人以為一年一度的春節，必須痛快地大吃幾頓，熱鬧地賭幾天錢，儘情地歡樂一番。因此不惜把平時省吃儉用節省下來的錢，完全在春節吃光輸盡，否則便不算過節。但是我勸你今年不妨改變一下以往的習慣，用以下的方式來試試看，是否也一樣地過得快樂！

加一兩個菜

假如平日的菜是一葷一素

的，為了慶祝春節，和家人共樂，不妨加添一、兩個菜。而改去往常做一桌子菜，吃不完習慣。既增加了營養，又有慶祝佳節的意義。因為平時節儉，一旦突然吃很多油膩的菜



，肚子會吃不消，發生消化不良的現象。尤其是孩子們，更易生病，弄得結果求醫吃藥，不是得不償失嗎？

少買些糖果

孩子們總希望過節請客，他們就有吃糖的機會了！但是糖果餅乾給孩子們時，最好加以限制。因為糖果零食，不但於身體無補，反會影響正常飲食量。使孩子們在吃飯時吃不下飯，飯後不久肚子又餓。少買些糖果，用來敬客人，也就好了。

千萬不要賭博

賭博在春節是很普遍的。

大家見面互道恭喜發財以後，跟著就會想到以賭博來作「消遣」。起初也許確是為消磨時間，可是漸漸就會越賭越癮越大。贏了錢，這錢就好像白檢來似的，胡亂請客化掉。輸了錢只有心裡乾着急。或者因而引起夫妻的爭吵，家庭的不寧，甚至影響整個家庭的經濟。尤其是街頭巷尾，專門設攤聚賭的地方，更不可參加賭博。因為那些擺設賭博攤子的，大都是地痞流氓，不是利用騙術

封肉

和孩子同玩

平時你也許沒有時間和孩子

來贏你的錢；就是當你贏了錢時，不讓你走，要你繼續賭到輸了為止。不然的話他就會馬上跟你翻臉，幾個同黨一齊上來打你一頓，把你贏的錢硬搶回去。假如我們把賭博的金錢和時間，拿來全家出去看看電影，逛逛熱鬧的街市。到親成家拜拜年，問問好，該是多有意義啊！

孩子們多接近，趁着春節的空閒，和他們做遊戲，講講笑話，天真的歡笑，會有意想不到的樂趣。

此外，教導孩子們如何適當地運用壓歲錢（壓年錢），也是很重要的。做父母的，應該教孩子們把壓歲錢取出一小部份，拿出來在新年花用，其他的都儲蓄起，留作開學後購置課業用品。這樣，不但可以養成孩子節儉的習慣，更可減輕孩子上學的费用負擔！

· 芬 ·

材料：三層肉（五花肉）一斤，切成正方形或長方形（一整塊），香菇三或四片，蝦米半兩，大茴香（八角）小茴香（形似穀粒）各少許（可向中藥材店買，大小茴香五角或一元，可用幾次）。醬油，鹽，糖，味素（可用可不用）。

做法：（一）香菇去蒂，先用冷水洗淨，用半碗滾水泡浸待發胖，擠乾，將香菇水去除沉澱留用。

（二）蝦米去殼皮及腳，先用冷水洗過，再用一湯匙清酒，或紅露酒浸好待用。

（三）鮮肉皮上毛根拔去，用刀刮淨，放在大菜碗內，肉皮向下，蝦米香菇放在上面。大茴香半個，小茴香三分之一茶匙，均勻放在肉上及四周。加醬油約二湯匙，鹽半茶匙，一

些白糖及味素（調味料可隨各人口味增減），最後加入香菇水。

（四）材料配好，放在竹蒸籠內蒸，蒸到肉已熟，用筴把肉翻身（從上翻下）。隔約半小時左右再翻身。翻了幾次，假使肉皮顏色不紅，可加些醬油在皮上，皮向上蒸，蒸到皮紅而肉呈透明狀即可。拿出來吃時，香菇放在肉皮上面比較好看。（如用鉛質蒸鍋，汽水滴入碗裏湯會變多，味道不好，顏色不會紅。蒸籠下面水份，要留心添加。初蒸時火力要旺，隨後稍弱亦可。）

至於雞、鴨（整隻）也可照樣烹調，這就是「封雞」、「封鴨」。

