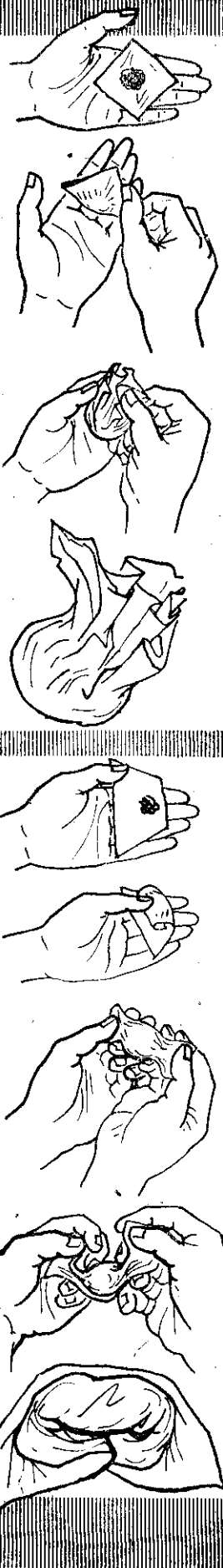


蝦仁肉餛飩

一藍 亞一



餛飩和餃子一樣，都是用麵粉擀成薄片，包入餡子做成的食物。不過餃子是我國北方家庭比較常吃的，餛飩多在南方一帶，用來當做點心。餛飩皮比餃子皮薄，餡子比較注重，做法也略有一些不同。

材料：麵粉一斤半，半肥瘦豬肉半斤，鮮蝦四兩或乾蝦米二兩，蔥、薑、醬油、鹽、蒜等各適量。

豬肉洗淨，去皮去筋，先切成細粒，再剝得碎碎的，鮮蝦剝去外殼，然後把蝦仁和肉放在一起，加醬油、鹽、蔥等拌勻。

如果用乾的蝦米代替新鮮蝦仁，就要將刀橫放在刀板上，前後端分別提起落下地切，以免蝦米被剝得飛起來。

和麵擀皮：如果是在較大的市鎮上，賣機器切麵的店裡

，再切成方形。也可切成一邊長七公分，另一邊長十、五公分的梯形，大小也可由自己的喜愛來決定。

這是和擀餃皮不同的地方。餃皮是一個一個的擀，皮是中間較厚，邊緣較薄。餛飩皮是先擀一大塊，然後切開的，而且每一張皮子的內外厚度一樣。

包餛飩：方形的餛飩皮，斜放在手掌上，將肉放在皮子正中然後將兩對角摺起來，成一三角形，再把三角形的周圍打起許多摺，捏起來就行了（請看本頁右上圖）。

梯形的餛飩皮，包法就不同了。將餛飩皮托在手心上，短的一邊靠手指，長的一邊靠手心放。用筷子夾起適量餡子，放在中央略靠短的一邊，用另一手將短的一邊向內懸懸捲起，將餡子包起來，大約捲一團半的樣子，那長的一邊就只留下一公分半至兩公分，就不

要再捲了。然後用兩只手的中指放在餛飩皮底部的中央，兩手的無名指（第四指）抵在未捲起一邊的外面。兩個大拇指和食指捏在捲起部份的兩端，用中指向內輕輕用力，將它彎過來，再把兩端重疊起來，但只要疊起約半公分至一公分，把這兩端捏緊就行了。

如果捏不緊，可以稍沾一些水在邊上再捏。或者用手指在放餡的碗邊上，略抹一些餡裡的汁塗在邊，就可捏緊了（請看本頁右下各圖）。用方形的餛飩皮，也可以做成這種形狀。

煮餛飩：鍋中放半鍋水，大火煮開，將餛飩放下，立刻用勺子反過來沿着鍋邊慢慢地推下去攪動。但餛飩只可放水量的六、七成，太多就容易破。仍用大火煮開，從旁邊加一些冷水下去，再一開就行了。煮的時間不能太長，比煮餃子要快些。否則很容易破，不過如果皮子厚的話，還是要稍為多煮些時間的。

另用豬油、醬油、鹽、切碎的蒜苗等，用沸滾的水沖大半碗湯，將餛飩用有孔的勺盛起，放在碗中，要立刻吃。

* * * * *

