炒年糕和煮年糕

南　雅

又是春節到，家家戶戶忙着磨糯米粉，蒸年糕。

你有沒有看到過豆腐攤上賣的一條一條的白年糕？在大陸，那是有名的「寧波年糕」。它是用蓬萊米煮成了飯後，把飯放在石臼中用槌子打爛，再做成的。因是蓬萊米做的，所以沒有很大的黏性，不像糯米年糕那末膩人。它的吃法稍有不同，最普通的吃法，是炒和煮；你不妨化二元錢買半斤試試。

炒年糕　將年糕放入炒至軟熟，就可將韭黃肉絲和入，炒勻後盛起，要趁熱吃，冷涼後年糕就會變硬。

煮年糕　年糕、菠菜或白菜、猪肉各適量，有骨頭湯或鷄湯更好。

年糕橫切成一公分至二公分的厚片，鍋中放湯或水，大火燒開後，將年糕放入，隨即用勺或鏟反覆推一下免年糕粘鍋底。煮至年糕軟了，將切好的肉片放入，並加入菠菜或白菜及適量之鹽，再開了即可。

也可將年糕放入稀飯中。煮稀飯時，水要多加些，煮至稀飯將好前五分鐘，把切成厚塊的年糕放入，煮軟了就好。

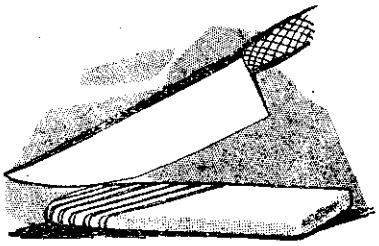
年糕湯圓　糯米粉，用熱水和勻後，搓成一個個圓仔，大小隨意，年糕切成一公分厚小條。

鍋中水開後，先把年糕放入鍋中，隨即用勺子輕輕攪拌，否則容易黏鍋底。煮至將軟，再把湯圓放入，再煮至熟。如愛吃甜的，可在碗中放適量糖。

酒釀年糕　酒釀半碗，年糕二條。

鍋中放一碗水煮開，加入酒釀，再煮至開，將切成薄片之年糕放入煮軟即可，吃時加糖。

以上各種吃法之份量，並無限制，全隨自己的意思而定。不過煮的年糕，最好多一些湯，比較好吃。



年糕斜切成半公分厚的薄片。先起油鍋，韭黃略炒後盛起。另起油鍋，肉絲下鍋，加鹽炒熟，韭黃和入同炒數下起鍋。鍋中另放花生油，淨切絲，韭黃切成段；猪肉洗淨切絲，韭黃切成段；年糕半斤（約六條），猪肉四兩，韭黃（或嫩菠菜、白菜均可）四兩，油、鹽適量。

買新鮮肉過節

毅　振

還有幾天就是春節了，你大概早已爲這佳節忙碌着，現在該忙着買過節的菜了吧？你一定已經知道怎樣去選購新鮮的魚肉了。這裡再提醒你一次，希望你過一個快樂的春節。

肉類　肉質堅固，且具彈性，用手按一下，能立刻復原，且絕無臭味的，是新鮮肉。不新鮮的肉，不但柔軟，而且潮濕，用手輕按，即有水氣溢出。

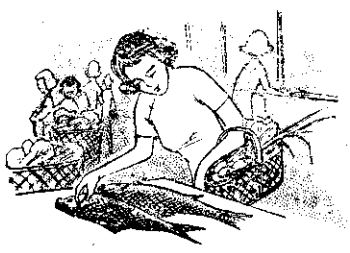
牛肉有黃牛肉，水牛肉之分，黃牛肉瘦的部分帶紅色，肥的部分呈黃色；水牛肉則瘦的部分略發紫色，肥的部分呈白色。一般說來，黃牛肉比較容易煮爛。

鷄鴨鵝等家禽，口中發出惡臭或羽毛易於脫落的，都是有病的證明。

魚類　肉質堅硬，魚目鮮明突出，魚鰓鮮紅，魚鱗不易脫落的，是新鮮魚。肚子爛，魚目混濁凹陷，魚鰓淡白或黑紫，魚鱗易脫落的不要買。

蝦類　以肉質堅硬的較新鮮，如肉質軟，有臭味，頭易脫落的，不可買。

蛋類　新鮮的蛋，外殼粗糙而透明有光澤，放入水中會下沉，對着陽光或燈光細細照着，看得出蛋白與蛋黃非常分明的就是新鮮的。



星期預知法

有　澄

你能迅速地答出今年清明節是星期幾嗎？這裏告訴你一個簡便的方法，只要你記住下列每月的應加數，你就能迅速答出。

月份：1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

加數：7 3 3 6 1 4 6 2 5 7 3 5

如果你想知某月某日是星期幾？只要將日期加上這月的加數，再以七除，所得餘數就是星期數了。若日期加上加數不足七時，其和便是答案。如剛整除時那就是星期日。

例如：清明節（四月五日）是星期幾？只要把五加上四月的加數六，得十一，再以七除，得餘數四，所以四月五日是星期四。双十節是星期幾？則只須把十日加七得十七，再用七除得餘數三，所以這天是星期三。又五月六日是星期幾？則把六日加一得七，再以七除剛整除，即五月六日是星期日。