

皮蛋幾種吃法

再 韞

皮蛋是最普通的食物，可配粥、下飯、下酒。臨時來客，也可湊成一菜。一般的吃法，大都是剥皮後，切片蘸醬油吃；未免太單調。其實，皮蛋加上些作料，也可作成各種口味的菜。現在舉出三種吃法如下；聰明的人，還可另做幾種特殊口味的皮蛋來嘗試。

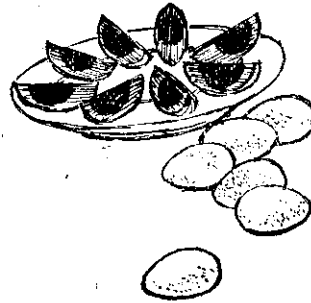
皮蛋很嫩，如用刀切，很淨，切成小塊。皮蛋去殼，也不容易切得整齊而美觀，反使皮蛋破碎。切皮蛋，可用光潔細線一條，長約二尺餘；一頭用牙齒咬住，一頭用右手握住；在皮蛋上繞一圈，將線拉緊；左手拿皮蛋，用線代刀，將皮蛋一塊塊或一片片的割下。如此切面光潔整齊。通常將蛋對分後再對分二次，分割成八塊。

皮蛋拌豆腐
嫩豆腐二塊，用冷開水洗淨，切成小塊。皮蛋去殼，也用冷開水洗淨，再用線割成小塊；加上細鹽、麻油（均適量）拌勻即可。喜吃醬油的也可加入少許。如不用醬油，白色的豆腐，配上綠色或琥珀色的皮蛋，色彩鮮明美麗，更能引動胃口。

糖醋皮蛋
皮蛋三四隻，先將殼外的黃泥洗淨；連殼放入冷水中略煮滾，使蛋略老易切薄片而不會破裂。去殼後切成半公分厚圓片；或將皮蛋先對切為二，每片再切成八塊三角形的蛋片。如切成圓片的形狀較好看；切成三角形的，裝盆時量似較多些。

怎樣選購罐頭？也先

罐頭原是清潔衛生攜帶便利的食品，可是在你購買時往往也會碰到劣質的罐頭。即使是標準的產品，有時也會因保管不善而變質。這類罐頭對健康影響極大，有時竟會危及生命。不過，在購買時如能注意些，上當的機會就很少了：要到有信用的店舖去買，如到原廠門市部直接購買更好。買時要認明商標和出品廠名。雜牌貨有時很便宜，但品質可能很差。檢視罐頭外殼是否已生鏽、有孔隙、漏汁等。用兩手指重壓罐頭的蓋或底，放手後如果有彈力並使其恢復原狀，即表示罐頭內部已發生腐敗，有氣體產生了。開啓後，如見內殼生鏽，有怪味或臭味等時，應即丟棄。



皮蛋炒肉丁
皮蛋一隻，豬肉二兩，笋一小支，同切丁；又毛豆仁二兩。煮熟花生油，先倒下肉丁略炒，加醬油少許；再倒下笋丁毛豆同炒，加鹽及水煮；最後再加入皮蛋丁，略煮即可起鍋。

要在

規定

時間

服藥

上期我們曾談過買藥的問題，無論內服或外敷，必須經醫生診斷後處方，然後持方向可靠藥房配藥。你是完全照這方法做了。藥取回來後，還有一件更須注意的，是遵醫指示服用。因為醫生所開藥方，上面註明服法次數及份量。你一定要照醫生所說的方法去服用，不可大意。譬如說每次服一格的藥水，你就不可服兩格，每隔四小時吃一次的藥粉，一定要在四小時後再服，因為一定的藥量，在體內所發生的作用，是一定的，尤其是一些什麼激素等特效藥，更不可胡來。不要忘記服藥的時間，也不要因為上一次忘了，就把兩次的藥量一次服下，否則就有中毒的可能。如服後隨即嘔吐，把所服藥一起嘔掉，那末是否要再服，應請教醫生後才知道，不要自作主張。

醫生指定飯前吃的，不要留待飯後；同樣的，飯後服的不要移在飯前服。飯前飯後服用，在醫學上自有它的道理，例如特效藥之類，如在飯前空肚服下，會引起嘔吐的。給孩子服藥時要仔細。上月中，高雄縣美濃鎮就有四歲女孩服藥片噎死的事發生。給孩子服藥片時，不妨把藥片弄碎了。餵藥粉時，必須用開水和勻了，不要令藥粉浮在上面，孩子一哭，很可能將藥粉噎到氣管子裏，咳嗽痛苦不止。給孩子服藥去，要慢慢餵，不要強灌，如果太苦，不妨略加一些糖。

存在家中為時已久的藥，最好不要再用，以防變質，否則不但治不好病，反而將給你添更大的麻煩！

