

趕麵條·吃麵條

麵粉的營養比米好，而且所能做出的花式又多，主婦們在有空時，不妨自己動手做幾樣麵點給孩子們吃。

麵條是麵食中很簡單的一種。市鎮上有機器壓製的麵條，買回來下鍋一煮，再簡單也沒有。但如偏僻一些的鄉村，沒有麵條鋪的，那末不妨自己動手趕麵，比起機器麵來，另有一番風味。

麵粉一市斤，冷水五市兩、碱、食鹽各少許、(麵粉量多的話，水照比例地增加)。

調麵

將麵粉放盆中或麵板上，用手從中央向四周推成一個圓形的小窩，加入鹽及碱，並將水慢慢倒入窩內，用手將麵粉沿著小窩向內攪動，使麵粉與水漸漸成許多小塊，然後把這些小塊聚在一起，用手揉壓，並且將盆四周，麵板上，及手上的麵粉揉下，揉在一起，揉至全部麵粉和水成爲一個整塊。

趕麵

壓成麵餅 將麵糰揉成扁圓形麵餅，用麵杖慢慢趕開，使成一個扁圓餅，將這個餅上撒層麵粉或太白粉，捲在麵杖上，再用雙手在麵杖上推壓，使成薄麵餅，推壓時兩手的位置，是由中間漸漸向外擴展至兩端，如此推五、六次，把麵餅攤開，再撒些麵粉或太白粉，然後換一個方位，再捲在

麵杖上，繼續推壓五、六次，再放開，撒些麵粉或太白粉，再換個方位捲上麵杖，再推壓。

趕成麵皮

如此捲了壓，壓了放，再捲再壓，直至麵餅壓成所需要的厚度爲止。麵餅的厚度，視麵條所需的粗細而定，所需的麵條愈細，麵餅的厚度愈薄。

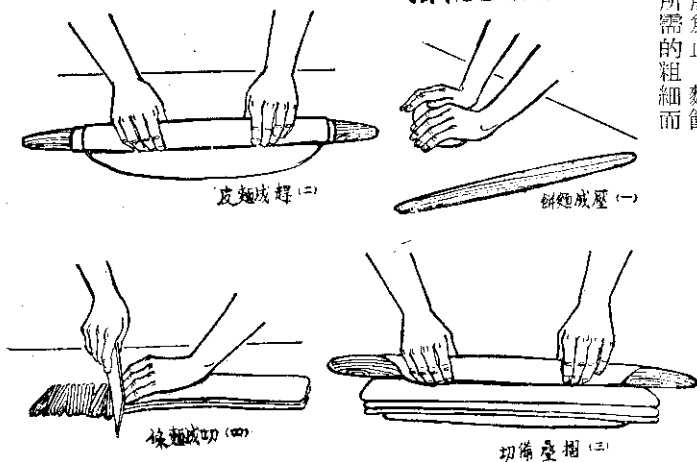
反復摺疊切細條

把麵餅放開後，再撒些麵粉或太白粉，再捲在麵杖上，然後再從麵杖上陸續放下，反摺成多層的長條，用刀照所需的寬度，橫切成條後抖鬆，就成麵條了。

麵條的吃法

鍋中放水約爲麵條的三至四倍，大火煮沸。將麵條下在鍋中，隨即用筷子攪動，這樣麵條就不會互相黏着，或黏在

法條麵切刀



鍋底上了。

蓋上鍋，用大火煮滾，加入冷水半勺，蓋鍋再煮，等再滾，麵條已熟(有時須再加一次水煮滾)。

預先將煮好的湯，如鷄湯、排骨湯或肉湯，即使用豬油、醬油、鹽，和開水沖成的湯也可。分盛在碗中或大鍋中，麵一熟，即刻用漏勺撈起，分別裝在湯碗中，即可吃了，或者在麵上再加上些菜也可以。

怎樣

選購

鳳祥

毛線

買毛線時，不要爲了顏色好看，或者特別喜歡，就立刻買下來。要詳細的看看它的質地好不好，注意毛線本身的粗細，還要挑挑顏色。

一般的毛線，是用棉毛、絲和羊毛等各種纖維織成的，每種原料做成的毛線，都各有它的特點，也各有它的特別用途。質料好的毛線的毛鬆軟，吸性強，不褪色。因此，當你選購的時候，要用手摸摸，還要抽幾根樣線拉拉，多作比較。

毛線本身的粗細，也要考慮到。目前市面上的毛線，自一股的到六股的，粗細都有。通常，禦寒用的要選粗線，注重漂亮的要用細線，但還也不過是一個原則而已！

毛線的顏色多得很，淺色的毛線雖很漂亮，總是嫌不耐髒。毛線衣最怕弄髒，髒了便很難洗，就是洗乾淨了，也比較難保持原來的樣子。因此，如求耐久的話，選購深色的，較淺色的毛線好。

毛線大多用來做衫褲，如果用來織手套或襪子的話，最好利用一些剩餘的毛線來編織。那不但但是廢物利用，而且可以隨意把顏色混合起來，成爲美麗的織物，也可省去買毛線的一筆錢呢！



如把麵條撈起放冷開水中冷透，用醬油、麻油等拌拌吃，就是涼麵。

也可將豬油燒滾，放入肉片、菜、及其他自己喜歡的菜，大火快炒，加入鹽、醬油等，然後加入水(約爲麵條的二倍半)蓋鍋煮沸，再把麵條放進鍋中，用筷子略加攪動，蓋鍋煮沸，或將麥煮好後，再放入嫩的青菜或菠菜，蓋鍋略煮，就可吃了。