

舊襯衫

翻改

衣服

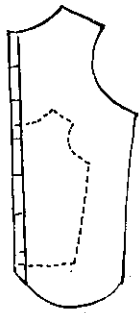
實用

· 林淑貞 ·

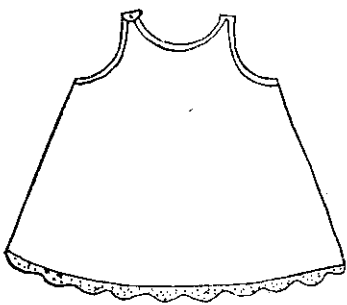
如果你家裏有幾件質料很好的舊襯衫，已磨損了衣領或袖口，但是其他部分還很結實，丟了很可惜，可以翻改做女上衣，女孩內衣，或是孕婦服。

首先沿縫邊把前後身及兩袖分別剪下，衣領和袖口剪去不要。小心拆除前身口袋，取下鈕扣留用。好了，現在你把手頭上已有的一塊後身，兩塊前身，和兩隻袖子對平，就可以動手剪裁了。

(一)女上衣：選一件前面開鈕的女上衣紙樣，依鈕扣次序放在前身上剪裁，後背和兩袖也從舊襯衫的後背和兩袖裁用



衣內女



衣上女

領子可從兩袖上餘布剪出。把衣服順次縫合，當中鈕扣兩旁和袖口車上花邊，釘好鈕扣就是一件女上衣了。

(二)女孩內衣：先把女孩內

衣紙樣剪好，從襯衫後背剪出前身，在襯衫的兩塊前身剪裁兩塊後背再在當中縫合。從兩袖剪下斜條做頸圍和背圍的貼邊。肩的一邊開扣洞，穿脫比較方便。衣周圍車上一圈花邊。

(三)孕婦服：完全不要拆開襯衫，只剪去衣領和袖口，把半圓形的衫腳剪平。頸圍和袖口鑲上有色滾邊，衣周圍連開叉處也鑲上有色滾邊。前身

中央可以釘上花邊或頸圍中央釘一個有色蝴蝶結。



服婦

火傷急救知識

△火傷的範圍佔皮膚總面積十分之一以上時，就有發生「休克」的危險。
△嚴重的火傷或燙傷的病人，要立刻送醫院治療。
△眼睛燒傷時，切不可塗抹任何油類。
△火傷的傷口，不要讓太陽晒傷到。
△火傷傷口有水泡，不要去刺破。
△急救火傷病人前，先把自己的手洗乾淨。(蔡美媛)

蛋炒豆腐

材料：豆腐五塊，豬肉四兩，蛋兩個，蔥數支，豬油一大湯匙，胡椒、鹽、醬油各少許。

做法：①豆腐切成小方塊。豬肉切絲。蛋去殼加少量水打散，加入切碎的蔥。
②鍋熱下油接着下豬肉、豆腐小心翻炒數下。
③數分鐘後豆腐和豬肉已成八分熟，即將鹽、胡椒、醬油加入鍋中，這時火不要太大、中等即可。
④煮幾分鐘後，把蛋液倒入，翻炒約三分鐘，即可起鍋。(李敏正)

鳳梨脆魚

材料：大鯽魚、鯉魚或吳郭魚一尾，鳳梨一大塊，毛豆兩湯匙，蔥薑少許，太白粉一湯匙。

煮法：①魚去鱗剖腹，將內臟和魚鰓取出。如果用鯽魚，鰓旁一魚腦一不要挖去。洗淨之後，用醬油鹽酒浸漬，一小時後取出烹煮。②鍋中倒入較多生油，一面將魚取出，把太白粉酒一薄層在魚上。等鍋裏油滾了，先放蔥薑；魚隨即下鍋，煎成

單菜年豐

蝦仁冬瓜爽

材料：蝦仁半斤，鴨蛋一個，鹽一茶匙半，肥肉二兩，冬瓜一斤半，酒一茶匙，薑汁一茶匙，糖半茶匙，太白粉一湯匙。

做法：①蝦仁肥肉切碎放入大碗內，拌入薑汁，酒，糖及鹽一茶匙，蛋白打碎加入調勻。(蛋黃留待後用)
②冬瓜削皮去子，洗淨切成四公分方正，一公分半厚共卅二塊，十六塊平排在大盤上，把蝦仁醬平均鋪勻在冬瓜片上。
③放入鍋內蒸四十分鐘，或蒸至冬瓜變色柔軟即可。
④開水或肉骨湯半碗放入鍋內，用少許水把太白粉調勻加入，煮滾加鹽半茶匙，和打碎的蛋黃。
⑤煮至稠厚，澆在冬瓜爽上面。(淑貞)