

蛋類是最常用的食品，這裏介紹幾種蛋的吃法，你覺得很新鮮嗎？何不試試看？

糖醋皮蛋

皮蛋三、四個洗淨，去殼後切成半公分厚圓片。或將皮蛋先對切為二塊，每塊再切成八個三角形，但以切成圓片的形狀較為好看。

另用麵粉三湯匙加機調成糊狀，又花生油六兩熬滾，將每塊皮蛋拌上麵糊，下鍋炸成金黃色。

將剩餘的熟油留下二湯匙，倒入薑絲，紅辣椒絲，洋蔥絲，炒透，再下炸好的蛋片，略滾，再加糖醋等調味品及太白粉，即可起鍋，酒上麻油後上桌。也可以加毛豆仁或豌豆仁，木耳等同煮。(清泉)

花式炒蛋

蝦仁炒蛋：把鮮蝦擠成蝦仁，調在已打勻的蛋漿內，略加些鹽，倒入燒滾的油鍋內同炒。等蛋漿全部凝結，就可盛起上桌。不宜炒得太久，否則蝦仁老了，味道便要差了。

葱炒蛋：葱切成蔥花，葱的多少，看各人愛好，放得越多越香，大約兩隻蛋加半兩葱。蛋用竹筴打成泡沫狀時，把葱加進去，再加適量的鹽，調勻。

等鍋內油燒滾時，倒入鍋內，急急翻炒，邊炒邊將凝結成塊的蛋用鏟切碎，至蛋漿全部凝結為止。



干貝炒蛋：干貝用水或酒發好，撕成絲，再調入蛋漿內，略加鹽，放入滾油鍋內同炒。

筍絲炒蛋：用冬筍、竹筍或毛筍都行，把筍剝去外殼後一剖為兩，稍加些水，煮一兩滾，再切成絲，調進蛋漿內加鹽，入油鍋同炒。(秋華)

蛤蜊蒸蛋

材料：雞蛋或鴨蛋三個，蛤蜊七八個，鹽油等調味品適量。

材料：蛋三枚(鷄或鴨蛋均可)蛤蜊七、八個，鹽、味素、豬油。

做法：(一)蛤蜊買來後放入清水中，加少許鹽，養兩、三小時，使沙吐盡。

(二)蛋去殼打碎，加少許鹽，然後加熱水一碗蛋中。

(三)蛤蜊洗淨後放入蛋中，然後將碗放入菜鍋中隔水蒸，約廿分鐘即熟。此時蛤蜊開殼，蛋面看去像一朵朵花的圖案，加豬油少許即可食。(環如)

蒸三色蛋

材料：鴨蛋五個，鹹蛋三個，皮蛋二個，酒少量。

做法：(一)鴨蛋去殼放入大碗，將蛋黃打散均勻。

(二)鹹蛋去殼放入大碗中和鴨蛋調勻，加少許酒。

(三)皮蛋去殼後放入大碗中。

(四)鍋中下清水把碗放入，蒸約二十分鐘即可取出。(李敏正)

少女裝飾須知

▽少女的裝束和打扮，要和年齡配合，過於古老的式樣，過於晦暗的顏色和花紋，都不適合年輕的少女穿戴。

▽衣服的颜色，要和你全身的裝束配合，同時也要考慮到你在一起的同伴。例如你參加四健會的晚會，大家都穿得很樸素，你一個人穿着特別華麗的服裝，就顯得不太調和。

▽手提包的形和大小千變萬化，一時有一時的流行式樣，固然要配合時令。選購手提包也要考慮到自己的服裝和身材。一位嬌小的女郎，提着一個碩大無比的手提包，一定是不好看的。

▽臉上常常掛着笑容，是最好的化妝。我們有一句成語也說：「一笑遮百醜」。但要避免不適當的大笑或傻笑。

▽少女臉上的「雀斑」，過了一定的年齡自然會消失，不必想法去掩飾。

▽少女臉上生粉刺，也是發育期中常有的現象。發生過多或化膿時，要請醫生看，否則只要保持皮膚清潔，腸胃通暢，自然會痊癒消失的。

▽過於貴重或華麗的珠寶、金飾，不適少女佩戴。

▽做洗衣洗碗等工作時，要除下手錶和戒指，以免損壞。

(永光)



秋裝

進入秋季，天氣時涼時暖，早晚和中午相差很多。你喜歡圖中這件帶有外套的長裙嗎？也許是最適合中秋前後的時候了。(末)