

味噌蛋

材料：鴨蛋十個，味噌一斤。

做法：鴨蛋放入鍋內，加水至淹滿蛋的程度，水滾約一刻鐘，將鴨蛋撈起，放入冷水冷卻。然後把蛋殼剝開待用。

味噌用文火煎熟。取一半舖於大碗底，把鴨蛋舖在一面，再用剩餘的味噌，將蛋包圍密飾，一日就可以。

蛋捲肉

材料：鴨蛋八個、猪肉半碗、青葱十支、胡蘿蔔、牛蒡各三兩、糖、鹽、醬油等調味適量。

做法：鴨蛋五個，打破攪拌加入少量的鹽。分五次，用文火煎成五張厚薄均一的蛋皮。

另外三個蛋亦打破攪拌均勻加入切碎的猪肉。青葱、胡蘿蔔、牛蒡、黃豆粉、糖、鹽、醬油充分混合，分為五份，平舖在蛋皮上。

一端留約半寸不。放材料，由另一端捲起，捲好放在蒸籠，注意蓋密，用中火蒸半小時就熟。吃時斜切約一公分厚。裝在圓盤內上桌。

材料：蛋六個、瘦猪肉四兩、豆腐二塊、青葱四支、胡蘿蔔一兩、油、鹽各少許

做法：葱頭切碎，放入鍋內爆炒數下，再放下油，等油熱放水二小碗。加鹽及醬油少量，待滾倒出放冷。瘦肉、青葱、豆腐、胡蘿蔔切碎，蛋打破攪散。注意不要起泡，分為二份

，倒入大碗和放冷的湯做成蛋汁。再加入一半的豆腐，上面蓋好，放在蒸籠用中火蒸約十分鐘。此時蛋已凝固，分別放入瘦肉、豆腐、胡蘿蔔，再蒸一刻鐘就好。別鍋放水三小碗，加入調味滾滾，輕輕倒入蒸好的豆腐蛋上，然後撒上切碎的青葱。

材料：瘦猪肉十兩，蛋二個，包心白菜半個，葱二支，胡蘿蔔二兩，麵粉半碗，花生油、醬油、酒各三大匙，鹽二湯匙，芫荽少許。

做法：蛋打破於容器內，加入切碎的猪肉、葱、胡蘿蔔、麵粉。醬油及鹽各一湯匙，混合拌均，做成肉圓十個。

鍋內放油，等油熱放下圓子，煎至變金黃色就好起鍋。白菜縱切三刀，再橫切二寸長，放入鍋內炒軟，放水五碗，鹽、醬油、酒一起混入，將圓子舖在上面。用文火煮約一小時即可起鍋。上桌時撒上切碎的芫荽。



南瓜韭菜

材料：南瓜一個約斤半，韭菜半斤，半肥瘦猪肉四兩，花生油三匙，糖、酒各一大匙，醬油二大匙，鹽一小匙，甘藷粉二大匙。

做法：南瓜削皮切成小塊，鍋內放油，將南瓜煎熟盛起。猪肉切絲，韭菜切成一寸長，與猪肉同炒至變色，再將南瓜倒入，加各種調味料。水一碗加入甘藷粉攪拌倒入，煮至滾即可。(玉麟)

肉圓白菜

可。

斷乳!

最省錢，最方便



聖誕老人麥精片、甘米粉，用開水或牛乳一沖，即可食用。鹹甜口味，任意調配，營養豐富，消化容易，而且價格便宜，實為最省錢、最方便的一「斷乳食品」，用過的母親，人人稱好。為家事或工作忙碌的母親們，如果妳採用聖誕老人麥精片、甘米粉，一定會帶給妳很多的方便，並使妳的寶貴長得白胖又可愛。