



——茶葉蛋——天來——

茶葉蛋美味可口，老少咸宜，它的做法很簡單。喜歡吃的可以自己，材料和方法如下：雞蛋50個，花椒4公克，水4,200公克，醬油150公克，紅茶葉和塩各75公克，陳皮4公克。首先把雞蛋洗淨放入鍋內加水，隨加塩少許，可以增加比重容易下沉，等煮熟後撈出使冷卻，輕輕敲而使蛋殼生裂痕讓汁水可以滲。然後再入鍋並加進上述調味料等到煮沸，續用文火再煮4～8小時即可。

家事小常識—— ——蔬菜的處理

• 錦霞 •

在我們日常食物中，除了澱粉、肉類之外，蔬菜可說最普遍。因為它是促進生長、維持健康和調節生理機能的主要食物。但在家常的處理方法上，宜注意下列各點：

(一)儘量選擇深綠色的蔬菜，因為它比淡綠色的菜葉營養價值高。

(二)不要把蔬菜浸在水裏太久；要煮時，才切開。

(三)煮蔬菜時，只放少許的水，且將剩餘的菜汁留著放在湯裏。

(四)為了保持蔬菜的綠色，因此不要蓋鍋蓋。用猛火來炒菜，縮短炒菜的時間。

(五)每次只煮足夠1餐的份量，蔬菜如經過加熱的次數愈多，它的營養成分損失也愈大。

美化人生，大家一起來插花。

• 母 愛 •

有一首感懷母親的歌，歌詞依稀是這樣的“世上只有媽媽好，有媽的孩子像個寶。投入媽媽的懷抱，幸福享不了……。”

每當這首歌的旋律響起時，心裏面總有說不出的感動。在身體中彷彿有一股暖流通過，久久不散。的確，擁有母愛的人是最幸福的人，只有在母親的懷抱中長大的孩子才能不怕外界的大風大雨；也才能深刻體會到愛和被愛的真諦。

看！蒲葉挺直的身軀，猶如一位刻苦的母親堅毅的撫育著她的孩子。在她的護翼下，孩子漸漸長大成人。儘管孩子已經長成，母親仍然習慣的以慈藹的眼光凝視著愛兒，擁著孩子，無限滿足的樣子。

康乃馨是母親的花，以它來陪襯是最好不過的搭配。這樣的構圖可充分顯示母子情深的景象。左邊的蒲葉，愛嬌的依偎著母親，母愛是它活力的泉源。

黃呂文鳳・高淑貴

下面一幅母子圖，右邊是母親，依偎在她懷中的的是她的愛兒。母子情深，難以割捨。

花材：蒲葉、康乃馨、漂白乾燥羊兒

花器：方形棕色高腳皿。

