菜脯

阿明

現在正是蘿蔔豐收時期，所以特別選了幾種不同的加工方法，農友們可以試試，做這種菜脯（蘿蔔乾）可用梅花，栈仔或矸仔種的蘿蔔，但梅花種的最爲理想。

一、製造手續

①選擇成熟完整的蘿蔔，除去葉部和細根，粗大的縱剖爲四片，細小的縱剖爲二片，使肉部向上，皮部向下，舖在木板上晒乾。

②日落後收起，在木盆內，邊加食鹽邊用雙手揉軟。（蘿蔔太多，木盆容納不下時，可分幾次揉）每一斤新鮮蘿蔔約用十兩到一斤食鹽。

③揉軟後的蘿蔔，放進缸或木桶內，放上大石頭壓緊過

④第二天，將蘿蔔撈起，並用壓出來的汁洗滌乾淨後，和第一天一樣，使肉部向上，皮部向下，舖在木板上晒乾（壓出的汁，在洗過蘿蔔以後可以丟棄）。

⑤日落後收起，也和第天一樣收回，再分次加鹽揉軟。對每一百斤新鮮蘿蔔約加二斤到二斤半食鹽，照樣再放進缸或木桶內，用石頭加壓一晚。

⑥第三天，又把蘿蔔撈起，也用壓出的汁洗，這次晒時是皮部向上而肉部向下了。

⑦日落後收起。放在木盆中充分揉軟。如果鹹度不够，可再加六兩到半斤的食鹽，看個人的嗜好而定。

完全軟揉後，放進舖有乾淨稻草的木桶或缸中，壓緊，再用乾淨的稻草覆蓋，在陰涼的地方放置二—三天，這時壓出的汁應該已經很少了，假使壓出汁仍多，就要多晒一天後才可以用稻草像上面說的方法保藏起來，最後再拿出來晒半天就可以貯藏或供食了。

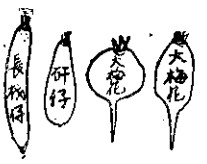
揉蘿蔔的工作對蘿蔔乾的脆度，香味都有關係，愈軟愈好。如果大量製造時，也可以用脚踏。但是也以愈軟愈好。

在乾燥期間，如果下雨，也應該每天撈出來，放在通風優良的地方風乾，這時食鹽的用量也應該稍微增加一點。

二、貯藏

製成的菜脯，隨貯藏時間的長短而加强其香味，所以貯藏時間愈長愈好，可以貯藏至兩年之久保持甘美而不敗壞。

家庭製造少量時，可用酒瓶貯藏。就是把酒瓶洗滌乾淨，倒放在太陽下充分乾燥後，把菜脯一條條裝進去，用竹桿壓緊，加蓋，就可以貯藏了。食用時可用鐵線鈎出來。如果大量製造，就應該裝在甕內。裝時在甕底先放些乾燥稻草，然後再將菜脯裝進去壓緊，密封以後就可以隨時食用了。



製菜脯的幾種蘿蔔

製菜脯時幾個重要步驟

新裝

過年了，你也許要添置一兩件新裝吧？這裡介紹給你一件衣服的式樣，是合於任何年齡，任何體型的婦人的。領口開得稍微大一點，但在四季如春的臺灣是毫無影響的。八分長的袖，胸前中央用一扣帶，加上你所歡喜的任何顏色的小結，是非常出色的，所以無論年輕或中年的婦人穿上這件衣服，一定會更漂亮，更洒脫。

材料可選用薄呢，花格布或任何種質料的布都可以的，中等身材的人共需布約二公尺六（單幅）。

農友們注意

木屐上的紅色橡皮帶有毒

臺灣大學附屬醫院皮膚科陳發科教授，最近用木屐上的紅色橡皮帶及染橡皮帶的紅色顏料，施行「貼附實驗」後，證實本省許多發生於脚背及趾部的一種接觸性皮膚炎，是由於木屐上的紅色橡皮帶而引起的。這種與紅色染料有關的皮膚炎，發生以後極難根治。現在臺北市衞生院已呈請省府，通令各縣市，禁止出售此種紅色橡皮帶木屐。各鄉鎮如仍有出售的，希望農友們注意不再買紅色橡皮帶的木屐穿着，以免染得這種很難醫治的皮膚病。