



# 食譜

柯月珠

## 金瓜(南瓜)糕

材料：

- |        |       |        |     |
|--------|-------|--------|-----|
| 1. 南瓜  | 1/4 個 | 7. 鹽   | 半茶匙 |
| 2. 粘米粉 | 400g  | 8. 胡椒粉 | 二茶匙 |
| 3. 蝦米  | 100g  | 9. 清水  | 七大杯 |
| 4. 蒜頭  | 五片    | 10. 生油 |     |
| 5. 生抽  | 一湯匙   | 11. 雞蛋 | 兩隻  |
| 6. 糖   | 一茶匙   |        |     |

作法：

1. 南瓜去皮切薄片蒸熟攪溶泥，蝦米去核舂細，蒜去皮舂碎。
2. 先熱一湯匙油爆香蒜泥與蝦米，關火下南瓜泥，七杯清水，下所有調味料，粘米粉攪勻至粉溶解，再開火慢火一面攪，至半生熟濃狀就放在蒸盤裡隔水蒸熟三十分鐘，起桌待冷，大約要三四個鐘頭。
3. 切點辣椒輔食，或將南瓜粒切長形薄片，沾上蛋液，再煎香來食。兩種吃法，可當點心或當正餐都可。

### 一迴響

其諸多的良好稿件中，近期使我  
感動的是 Ben Carson「恩賜的手」  
及許路加先生的「生命樂章」，請向作者  
轉達本人的敬意。

劉永生

功能遭到破壞；鈣和微量元素鐵、鋅、銅缺乏，也使細胞和體液免疫功能下降。這些都說明對嬰幼兒加強營養的重要性。第三，在季節轉換期間，需注意天氣變化，及時給孩子添加衣服和提高室溫，防止寒流襲擊。第四，呼吸道疾病流行期間，不要帶小孩到公共場所去。家人感冒時要戴口罩，避免接觸嬰幼兒。室內可用食醋蒸薰消毒一小時。第五，要按時給孩子進行預防注射，以增強抵抗力，防止發生RI及繼發性肺炎。深望家長們善自為之。祝你小孩健康成長。