

# 香菇食譜

林妙娟·夏英潔

## 燴四佳味

材料：鮮香菇10朵（中）、小竹筍1支、五花肉半斤、麵腸4兩、青江菜1斤、蔥、薑、蒜頭切末各一茶匙、高湯1碗、鹽、胡椒粉 $\frac{1}{2}$ 茶匙、麻油1湯匙、沙拉油3湯匙。

- 做法：
1. 鮮香菇去蒂洗淨切片，冬筍切片，麵腸切片，五花肉切片，蔥、薑、蒜頭切細末，青江菜對切備用。
  2. 起油鍋，將蒜末薑末倒入鍋中爆香，加入麵腸五花肉拌炒，再加入香菇、筍片和高湯，燴煮20分鐘，起鍋前勾芡並滴香油，將筍片、冬菇擺入盤內，剩下的汁淋在上面。
  3. 青江菜以鹽滾水燙好，圍邊即可。



燴四佳味

4. 將已處理過的香菇、萬苣菜心、紅蘿蔔、銀芽、蛋絲等置於盤內，拌上調味料即美味可口。

## 涼拌香菇



## 涼拌香菇

材料：鮮香菇10朵、萬苣菜心半斤、洋火腿2兩、銀芽4兩、紅蘿蔔1小條、蛋1個。

調味料：沙茶醬1湯匙、香油1湯匙、蒜末1湯匙、蔥末1湯匙、鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、細砂糖1茶匙。

- 做法：
1. 鮮香菇、銀芽、紅蘿蔔等切絲川燙備用。
  2. 萬苣菜心切絲備用。
  3. 蛋煎成蛋皮再切成絲。



香菇丸子

## 香菇丸子

材料：① 香菇（小）20朵、絞肉6兩、荸薺4~8個、芹菜2兩。

② 地瓜粉2大匙、醬油1大匙、糖1小匙、黑胡椒 $\frac{1}{2}$ 小匙、蛋1個、香油1大匙、鹽少許。

- 做法：
1. 香菇泡軟去蒂切碎備用。
  2. 將①②材料完全拌勻，作成一個個圓球，放入香菇上面稍壓再整型。
  3. 油熱至中溫時，將香菇丸子投入，油炸2~3分鐘，即可撈起，油瀝乾。
  4. 盛盤食用時可沾胡椒鹽、或番茄醬。