

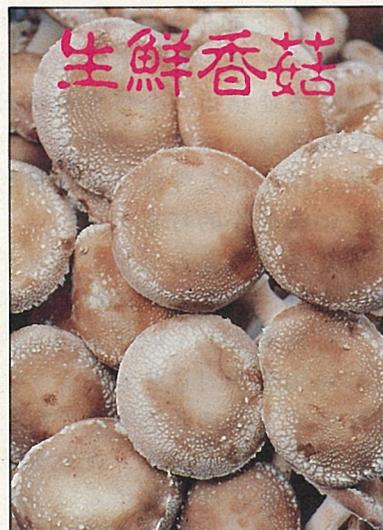
香菇



香菇鮮奶雞

材料：雞一隻約 2 斤、香菇 3～5 朵、金針菇 1 兩、洋菇 4～6 朵、鮮奶 1 盒（250 cc）。

做法：1. 雞洗淨加上香菇，燉熟。
2. 加金針菇、洋菇、鮮奶，及少許鹽，再大火煮 5 分鐘即可。



三色球

材料：①白蘿蔔（大）1 個、紅蘿蔔 3 個、菜心 3 根、毛豆 1 兩、香菇（小朵）7～8 朵。
②太白粉 1 大匙、香油 1 小匙、鹽 1/2 小匙。
③高湯 2 碗。

做法：1. 運用挖球器，把白蘿蔔、紅蘿蔔、菜心，挖出一個個大小不同圓球。
2. 香菇先滷過備用。
3. ①材料殺菁後，放在冷水中冷卻，撈起備用。
4. 鍋加高湯煮開，將殺菁過的①材料加②佐料煮，上香油即可。

豐年社推薦 ·

乳品系列

苗栗縣農會酪農鮮乳加工廠出品

本社代售
鮮乳-果汁-蘋果-麥芽
七種口味



草莓-巧克力-咖啡

每罐 250 g / 15 元
每箱 24 罐裝 / 330 元

豐年社台北市溫州街 14 號 1F
(02) 3628148 洽仲小姐

心肝寶貝

材料：包心芥菜2斤、滷好香菇12朵、干貝2個。

- 做法：1. 包心芥菜加塩川燙撈起漂水，讓菜色不變黃。
2. 干貝泡熱水10分鐘，蒸15~20分鐘，撕成細絲備用。
3. 干貝汁入鍋調味勾欠。
4. 包心芥菜排在盤底，香菇排上，干貝絲在中間，將勾欠的干貝汁淋上，即為一道爽口又清淡的佳肴。



大滷麵

材料：①拉麵半斤、新鮮香菇6朵、小白菜3兩、魷魚(切片)¼隻、豬肉(切片)4兩、蝦仁1兩。

②醬油1½小匙、塩½小匙、水6杯。

③太白粉1½大匙、水2大匙。

- 做法：1. 將麵條煮好備用。
2. 香菇、小白菜、魷魚切妥備用。
3. 鍋內放3大匙沙拉油爆香，香菇、小白菜、魷魚、豬肉，加②材料煮開，再將③材料加入勾欠，使湯調成稠狀，攪拌均勻後熄火，淋上香油，澆在麵上即成香味可口的大滷麵。

註：豬肉切長約2公分寬1公分，先用太白粉、醬油醃泡，烹飪出來的豬肉比較滑嫩可口。



豐年社推薦 竹筍 系列

雲林縣古坑鄉農會出品



調味玉筍

每包180g / 25元

採用鮮嫩竹筍，經一貫自動化真空封袋高溫殺菌製成，不含漂白劑及防腐劑，開封後即可食用。

豐年社 / 台北市溫州街14號 / 電話洽
仲小姐(02)362-8748

紅粉知己

女人與容顏之間的相知相許



紅顏

做一個容光煥發的女人



統一小格言：永遠保持樂觀，隨時要有笑容。

愛用者服務專線：(02)7582855 · (06)2535064
服務信箱：台南縣永康鄉塩行中正路301號



統一企業公司
PRESIDENT ENTERPRISES CORP.

飛向健康快樂的 21 世紀