

九層塔

莖葉中所含的芳香精油，
風味極為特殊，
在菜餚中經常扮演配角，
只要一小撮，
就可使主菜達到去腥增香的效果。
烹調時，勿煮過久，
在熱湯中燙一下即可食用。

酒煮蛋

■材料：

九層塔15棵、酒½瓶、蛋4個、麻油1½湯匙。

■做法：

1. 鍋熱乾倒入麻油。
2. 蛋去殼下鍋煎至凝固，隨即倒入酒煮滾，再下九層塔沸滾即可。

九層塔蛋餅

■材料：

九層塔15棵、蛋6個、鹽1茶匙、油5湯匙。

■做法：

1. 九層塔洗淨切段。
2. 蛋去殼入鹽打散，再拌入九層塔。
3. 起油鍋將打好的蛋液倒入，以小火煎至兩面呈金黃色即可。





塔香魚湯

■材料：

九層塔6棵、剝皮魚或其他魚肉4塊、薑絲少許、味噌2湯匙、水5杯。

■做法：

1. 所有材料處理乾淨，味噌以2湯匙水調勻備用。
2. 水煮開，入薑絲、魚肉煮滾3分鐘拌入調好的味噌及九層塔再滾即可。

香茄子

■材料：

九層塔15棵、茄子3條、蒜末1湯匙、炸油1鍋、醬油3湯匙、糖½湯匙。

■做法：

1. 九層塔、茄子洗淨，茄子切段再剖半。
2. 炸油沸滾，下茄子炸軟並撈出待用。
3. 炸油倒出，並留2湯匙油炒香蒜末，再下醬油、糖及九層塔拌炒數下，最後倒入炸軟的茄子拌炒均勻即可。

家常豆腐

■材料：

九層塔10棵、豆腐一大塊、絞肉3湯匙、醬油3湯匙、油4湯匙、水6湯匙。

■做法：

1. 豆腐、九層塔洗淨，豆腐切為12小塊。
2. 起油鍋將豆腐兩面煎酥黃，入絞肉、醬油及水燜燒至沸滾，再下九層塔翻動數下再滾即可。

