

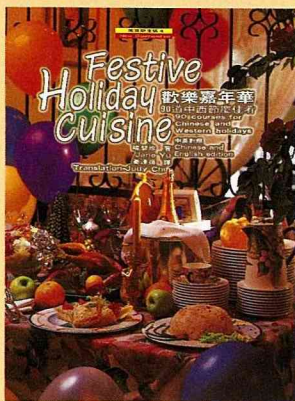
豐年社代售

幼獅文化公司出版品

· 美食新主張系列

歡樂嘉年華	定價 399 元
99 養生集錦	定價 380 元
健康素點子	定價 350 元
家常美食 200 招	定價 350 元
派對餐點 DIY	定價 160 元
簡易餐點 DIY	定價 160 元

每次郵購另附掛號郵資 45 元



· 橫行台灣系列

台灣山林另類遊	定價 200 元
台灣水路另類遊	定價 200 元

每次郵購另附掛號郵資 45 元



郵政劃撥 0005930-0 豐年社
洽詢電話：(02) 362-8148 轉 31

新食譜介紹

著 / 喻碧珍

歡樂嘉年華

— 90 道中西節慶佳餚

十香如意菜

材料

豆乾、黃豆芽各 4 兩。紅、白蘿蔔各 1/2 條。金針、青椒各 1 兩，香菇 2 兩。海帶、筍各 3 兩。西芹 2 支。油 2 大匙。

調味料

鹽、麻油各 1/2 小匙。糖 1/4 小匙。

作法

1. 金針泡軟、洗淨，入鍋中（加 2 杯水）煮 3 分鐘，取出擠乾水分，與其他 8 種材料分別切成細絲。
2. 用 1 大匙油將香菇絲、豆絲、筍絲、金針絲、青椒絲炒熟，加 1/4 小匙鹽、1/8 小匙糖調味，盛出。
3. 用 1 大匙油炒熟黃豆芽、海帶絲、紅、白蘿蔔絲、西芹絲，加 1/4 小匙鹽及 1/8 小匙糖調味。
4. 將 2. 料倒入 3. 料中混合，淋些麻油拌勻。

◎此道菜的十種材料，可挑選配合時令的菜蔬製作。

◎十香如意菜爽口醒胃，是春節期間解油膩的美味涼菜，不論熱食、冷食均適合。

吉利好事發財湯

材料

雞腿 2 隻（或全雞 1 隻）、豬舌頭一條、蠔豉（即為牡蠣乾）2 兩、髮菜 1/2 兩、薑 1 片、水 10 杯、油 2 小匙。調味料鹽 1 小匙、米酒 1 大匙。

作法

1. 雞腿、豬舌頭處理後，分別入滾水中川燙，取出洗淨備用。
 2. 蠔豉泡水 2 小時後，取出洗淨，加 1 小匙油拌勻；髮菜泡水後洗淨、瀝乾水分，拌入 1 小匙油，分別以大火蒸 15 分鐘取出。
 3. 水燒開後，放入雞腿、薑片煮約 30 分鐘，再入豬舌頭續煮 30 分鐘。
 4. 將蠔豉、髮菜放入 3. 料內，加鹽煮 5 分鐘，食用前淋上米酒。
- ◎吉利（雞、豬舌頭）、好事（市）（蠔豉）、發財（髮菜），是一道年節應景及討好口彩的佳肴。



■ 十香如意菜，爽口醒胃解油膩。