



香蘭·白鶴靈芝·明日葉

香藥草果凍 DIY

時 下正流行之保健植物如香蘭、白鶴靈芝及明日葉等，在許多場合如餐廳、路邊攤、青草店、廟會及一般家庭中，都以榨汁或熬煮成飲料之型態出售或自己飲用，其實它們如稍改變型態食用，除增加口味之享受外，還可增加營收及家庭生活之情趣，譬如把它們做成果凍，既好吃又大方，可作為餐廳或家庭飯後之最佳甜點，聰明的家庭主婦們，何不自己動手做做看？

1. 香蘭果凍

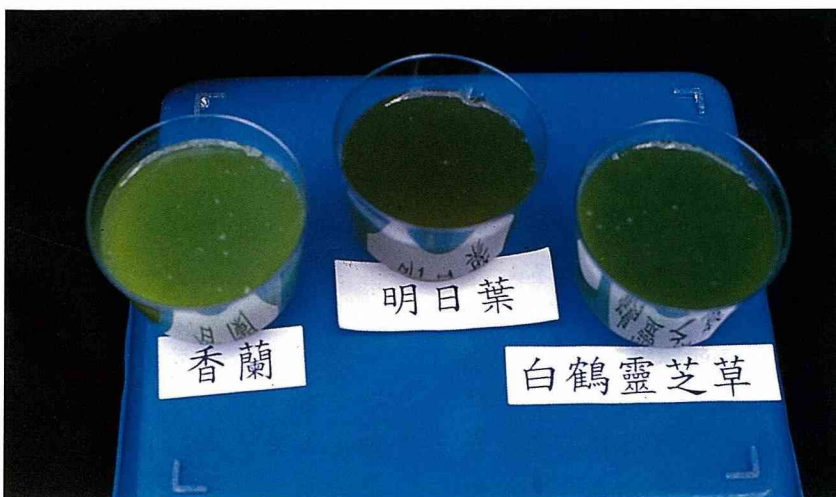
材料：香蘭葉片 10 公克 / 椰奶 100 毫升 / 洋菜(或吉利丁) 10 公克 / 砂糖 100 公克 / 蒸餾水(自來水亦可)



■ 新鮮的香蘭(左)、明日葉(中)及白鶴靈芝(右)葉片，隨採隨做風味較佳。

1 公升。

做法：將新鮮香蘭葉片加水 200 毫升以果汁機打碎，取其濾液加椰奶、砂糖及洋菜至 1 公升之容量，再煮沸使內容物完全溶解後倒入模型容器內凝結。洋菜較不易溶解，需一直攪拌才不致燒焦，果凍做好後放入冰箱中風味更佳。



■ 香蘭(左)、明日葉(中)及白鶴靈芝(右)果凍晶瑩剔透綠得發亮，真是讓人垂涎三尺。

2. 白鶴靈芝果凍

材料：白鶴靈芝枝葉 25 公克 / 椰奶 100 毫升 / 洋菜(或吉利丁) 10 公克 / 砂糖 100 公克 / 蒸餾水(或自來水) 1 公升。

做法：如香蘭果凍做法先將新鮮白鶴靈芝枝葉加水 250 毫升以果汁機打碎，取其濾液加椰奶、砂糖及洋菜至 1 公升之容量，再煮沸使內容物完全溶解後倒入模型容器內凝結即成。

3. 明日葉果凍

材料：明日葉葉片 20 公克 / 檸檬汁 10 毫升 / 洋菜(或吉利丁) 10 公克 / 砂糖 100 公克 / 蒸餾水(或自來水) 1 公升。

做法：將新鮮明日葉葉片加水 200 毫升以果汁機打碎，取其濾液加洋菜及砂糖至 1 公升之容量，再煮沸使內容物完全溶解後才加檸檬汁，攪拌均勻後倒入容器內凝結。

檸檬汁最後加入才能保有檸檬香味，明日葉果凍不宜加椰奶，因風味比檸檬差。