



根基，還能接納新的食材，特別是餐廳中好手雲集，彼此能交流。

生食的鮭魚烹而煮之，



■ 翡翠鮭魚捲。

捲起香菇肉，再同菠菜泥燒成一盤，很典雅，味清淡，能品出鮮來，菜名即是「翡翠鮭魚捲」。另一道湯是



■ 淮山蘆筍。

「椰子金華露」靈感來自南洋菜，南瓜和干貝高湯熬成稠濃湯品，起鍋前放蝦肉、放椰子漿、香而濃甘。還有生蠔五味醬，彩虹玉帶子、淮山蘆筍，全是清爽而營養的菜款。

到珍寶，樓上樓下得分兩次不同時間去，方能嚐出該餐廳設計的各種美食。



### 速簡私房菜

著者 / 邱七七 資料提供 / 躍昇文化事業有限公司

**我**認為葷料中最出味的是豬肉，豬肉市價不貴，一條十數兩重的小裡脊不過一百一、二十元，切成絲可以炒成四、五盤菜，所以我非常願意推廣肉絲炒什麼或肉片炒什麼的菜，經濟、營養、家常可口。

這類的菜要炒得好吃，訣竅在：（一）肉絲不能少，與配菜的比例約可以從1/3到1/2；（二）肉絲當然不能切得太粗，不過最重要的是切好之後必須用醬油略作醃泡，下鍋前再用太白粉拌勻，使肉絲外面裹著一層保護膜，熱油才不會將它炸老而能保持肉質的滑嫩；（三）因為肉絲多，故油不能太少，油少肉絲炒不開；油也不能太熱，太熱肉會因外層有粉而黏在一起。

至於這些「太」，如太粗太多太熱，要從一次一次的實際操作中體會掌控。

材料：連梗帶葉的酸菜1把約半斤（用雪裡紅或酸菜心亦可）／裡脊肉4兩／蔥、薑、紅辣椒適量醬油、糖、太白粉各適量。

做法：

1. 酸菜切碎，擠去酸水，肉切成細條，用醬油和太白粉醃拌。

2. 鍋內入油，先炒肉絲，炒散以後盛起備用。

3. 將蔥花、薑絲、紅辣椒絲下鍋爆炒，待香味出來以後，將酸菜倒下翻炒，並稍微加一點糖去其酸。

4. 最後，將炒好的肉絲加進鍋內拌炒，炒勻了，炒熟了盛起。



## 酸菜炒肉絲



『邱七七速簡私房菜』讓你在家也可享受道地的名廚美饌  
定價新台幣 320 元(另附掛號郵資 60 元)  
郵政劃撥 00059300 豐年社