



糯米糰創意料理



＜綠波白玉情＞

材料

糯米糰	300公克
草蝦	6隻
豆腐	2塊
木瓜	1顆
排骨	100公克
豬絞肉	60公克
水芹菜	100公克

調味料

鹽	1茶匙
胡椒粉	少許
醬油	少許



製作方法

1. 木瓜去皮、籽後切成塊狀，與排骨熬煮成高湯。
2. 豆腐切成六塊方塊，每塊中間挖除少許的豆腐，形成豆腐盅。
3. 豬絞肉調味拌勻(鹽、胡椒粉、少許醬油)與蝦一起塞入豆腐盅，蝦尾向上大火蒸10分鐘。
4. 蒸好取出放入1. 高湯中加入糯米糰與水芹菜煮開，調味即可。

＜糰糰捲入＞

材料

糯米糰	300公克
薑絲	100公克
南瓜	100公克
紅蔥	2支
鮮魚肉	200公克
梗	300公克
辣椒片	5片

調味料

鹽	適量
---	----



製作方法

1. 糯米糰、梗川燙備用。
2. 南瓜切片蒸熟備用。
3. 辣椒片、紅蔥切段，鮮魚肉切片，薑絲。
4. 把糯米糰、薑絲、紅蔥段，捲入先魚肉片內蒸10分鐘。
5. 將做法1. 中的梗當盤飾，再把蒸熟的南瓜做成泥調味拌勻後，淋在作法4. 上即可。

