



《雞肉蛋蓋飯》

材 料

香菇2朵、洋蔥1/2個、雞柳75公克、山東白菜葉100公克、
紅蘿蔔15公克、蔥2根、熟豌豆仁2/3湯匙、蛋1粒、白飯1½碗

調味料

鹽、味精及胡椒粉各少許、醬油1/2湯匙、糖1/2茶匙、
捏碎柴魚1/2茶匙

做 法

1. 洋蔥、泡軟的香菇及紅蘿蔔皆切絲，雞柳切小長條。
2. 山東白菜葉撕成小塊。
3. 起油鍋，爆洋蔥，至九分熟時加香菇同炒數下，再投入山東白菜炒至菜半熟，加雞肉同炒，淋下醬油及半杯水，調味並加柴魚拌勻。
4. 加蛋，用小火煮至蛋熟，將所有材料蓋在白飯上即成。