



材料

苦瓜1條、土雞半隻、高湯6杯、老薑75公克、黑麻油2湯匙

調味料

味精、鹽少許

做法

1. 苦瓜將頭部及尾部去掉一小塊，直切成四長條，去瓜籽，洗淨切小塊。
2. 土雞洗淨、剝小塊。
3. 起油鍋入麻油，以小火將薑片爆香後加雞塊同炒片刻，再加苦瓜、高湯於鍋內同煮，煮至雞塊、苦瓜全熟加少許味精及鹽調味即可。

提供單位：鹿頂鄉農會
電話：(08) 8632224
食譜製作：陳秀淑
地方主要農特產：苦瓜、麻油
家政班員之拿手餐點：麻油雞絲

麻油

苦瓜雞

