

珍菇燴銀龍

材 料：

翅鮑菇2個、海蝦
綠花菜1棵、
高湯1大碗

調味料：

鹽少許、酒1茶匙
太白粉1茶匙
味精少許

做 法：

1. 將翅鮑菇以滾水焯後入高湯以小火使之入味再以稀
2. 海蝦去頭、去殼、抽沙筋洗淨、自蝦背劃一刀，將干貝型翅鮑菇鑲入，置蒸籠內蒸4分鐘後取出擺盤。
3. 將高湯加鹽、味精、酒煮滾後以太白粉水勾薄芡淋上。
4. 綠花菜燙熟裝盤即可。



花開並蒂

材 料：

花椰菜乾100公克、
五花肉100公克、
雞蛋1顆、蒜苗1支
紅辣椒3條

調味料：

鹽1茶匙、味精少許
高湯1杯、油2湯匙

做 法：

1. 花椰菜乾浸軟洗淨備用。
2. 蒜苗洗淨斜切長條狀、紅辣椒去仔、五花肉切長條狀備用。
3. 起油鍋爆香2料，與1料同炒並調味炒至熟軟備用。
4. 用1湯匙油將雞蛋煎成蛋皮包入所有材料，切成八片花狀擺盤即可上桌。

