

芋頭蕃薯一家親

材 料：

果凍粉25公克
地瓜葉100公克
地瓜100公克
芋頭100公克
水800公克

調味料：

糖200公克、蜂蜜3湯匙

做 法：

1. 芋頭、地瓜先蒸熟再打成汁，地瓜葉打成汁。
2. 下層：糖、果凍粉、水先拌勻，入鍋煮滾，芋頭汁拌勻。待涼即成。
3. 中層：地瓜葉汁、糖、水、果凍粉煮滾加入少許蜂蜜，拌勻待涼即成。
4. 上層：地瓜汁、糖、水、果凍粉入鍋煮滾離火，待涼即成。



錦繡大地

材 料：

豆腐2盒、雞胸肉160公克
青、紅、黃椒各 $\frac{1}{4}$ 粒
香菇10公克

調味料：

糖1湯匙
香油1茶匙
蠔油2湯匙
太白粉1湯匙
水2湯匙、酒1湯匙

做 法：

1. 豆腐去邊片薄約0.3公分左右，排盤後蒸熟。
2. 將香菇和青、紅、黃椒切丁，過油。
3. 雞胸肉先用醬油、酒、糖、太白粉醃20分鐘後過油。
4. 爆香香菇後放入雞胸肉、椒丁拌炒後加入調味料，芡亮芡。
5. 將4料盛入豆腐中即成。

