



毛豆蜜奶

材 料：鮮奶4杯、熟毛豆仁2杯、
蜂蜜4湯匙

做 法：將鮮奶與毛豆仁放入果汁機
打至毛豆全碎，過濾後加蜂
蜜調勻即可。

