



沙茶鮮丁



材 料：毛豆仁150公克、玉米粒70公克、豆干250公克、紅蘿蔔40公克、小里肌肉100公克、蒜頭3瓣

調味料：油1½湯匙、糖1/4茶匙、沙茶醬1½湯匙、鹽1/2茶匙、味精少許

做 法：

1. 小里肌肉、豆干及紅蘿蔔切丁，蒜頭拍碎。
2. 毛豆仁、玉米粒及紅蘿蔔煮熟備用。
3. 起油鍋，爆蒜頭，投入豆干炒片刻，再加肉丁炒數下，倒入毛豆仁、玉米粒及紅蘿蔔並加鹽、味精、沙茶醬、糖調味，炒勻即成。

