

肉羹



做法

1. 豬肉切1公分寬粗絲，加2湯匙地瓜粉及2茶匙醬油拌勻再加魚漿和勻。
2. 香菇泡軟切絲，香菇水留用。紅蘿蔔切絲。
3. 洋蔥高湯、香菇水、香菇絲及筍絲放於鍋內同煮，煮至筍絲全熟改為小火，將①項肉絲一條條投入鍋內，加紅蘿蔔並調味，開大火，見肉全熟改為小火，以調水的地瓜粉勾芡，淋下蛋液（邊攪動肉羹邊淋蛋液），熄火，加香菜葉、烏醋及胡椒粉即成。



材料

① 洋蔥高湯	4 杯
香菇水	
瘦豬肉	150 公克
香菇	5 朵
筍絲	150 公克
紅蘿蔔	20 公克
魚漿	20 公克
蛋	半個
香菜葉	酌量

調味料

醬油	1 湯匙
地瓜粉	3 1/2 湯匙
糖	1 茶匙
鹽	1/2 茶匙
味精	少許
烏醋	酌量
胡椒粉	酌量