



材 料

大黃瓜	1 條(約 600 公克)
素魚鱈	2 塊
素草蝦	75 公克
紅棗	8 粒
素高湯	1 1/3 杯

調 味 料

鹽	2/3 茶匙
味精	少許
太白粉	2 茶匙

做 法

- 1** 大黃瓜去皮，直切成四長條，去瓤，洗淨，斜切 1.5 公分寬長條，煮熟，撈起備用。
- 2** 素魚鱈斜切成五小塊。
- 3** 素高湯加紅棗同煮，煮至紅棗全軟再加素魚鱈及素草蝦同煮片刻，再將大黃瓜投入同煮並調味，待湯汁大滾時以調水的太白粉勾芡即成。