

養生水餃



材料：

紅龍果花萼	3 朵份
絞肉	300 公克
薑	10 公克
蔥	2 根
水餃皮	45 張

調味料：

鹽	1/2 茶匙
味精	少許
胡椒粉	酌量
醬油	2 茶匙
麻油	1 茶匙

做法：

1. 紅龍果花萼洗淨切細（約0.7公分）。
2. 蔥切成細蔥花、薑切成薑末。
3. 絞肉加蔥花、薑末及調味料拌勻並攪拌至有黏性，再加(1)料拌勻即為餡。
4. 水餃皮包肉餡再做成餃子，以滾水煮熟即成。

說明：

可依個人口味添加其他材料，如蝦仁、枸杞子…等。