

炒

三

色

蛋



材 料：

扁蒲	半粒
雞蛋	4粒
蔥	1根
胡蘿蔔	150公克

調味料：

鹽	2/3 茶匙
味精	少許
油	3 湯匙

做 法：

1. 扁蒲去皮，刨細絲，去水。
2. 蔥切成蔥花
3. 2/3胡蘿蔔刨粗絲，1/3胡蘿蔔刨細絲再切末
4. 取一大碗、蔥花、胡蘿蔔末、打散的蛋、鹽及味精放於大碗內拌勻
5. 起油鍋，倒入4.料，以大火炒熟。
6. 取一圓盤，盤中盛蛋，周圍以胡蘿蔔絲裝盤。