

菜肉餛飩



材 料：

紋肉	100公克
扁蒲（去皮）	150公克
蔥	1根
薑	10公克
蝦仁	50公克
餛飩皮	20張
紫菜	1張
高湯	1大碗

調味料：

鹽	1/4茶匙
味精	少許
胡椒粉	少許
麻油	1/2茶匙
醬油	1茶匙

做法：

- 1.扁蒲刨細絲、去水備用。
- 2.蔥、薑皆切末，蝦仁去腸泥後拍碎備用。
- 3.絞肉加蔥末、薑末及調味料，拿筷子順同一方向攪拌至有黏性時加蝦仁拌勻，最後將去水的扁蒲分兩次加入拌勻即為菜肉餛飩。
- 4.將餛飩皮包菜肉餛飩，放入滾水鍋內煮熟，撈起，置於大碗內，再加高湯和紫菜。可依個人喜好加些蔥花或芹菜粒。
- 5.亦可將菜肉餛飩煮成紅油炒手或麻醬乾麵的口味。