

五彩鮮蔬



材 料：

四季豆	150公克
金針菇	75公克
草菇	100公克
劍筍	75公克
素高湯(未調味)	1½杯
枸杞子	½茶匙

調味料：

鹽	¾茶匙
味精	少許
糖	½茶匙
胡椒粉	少許
地瓜粉	1湯匙
麻油	數滴

做 法：

1. 四季豆去粗絲，洗淨，折5公分長段，燙熟備用。
2. 草菇洗淨，切對半燙熟，備用。
3. 劍筍斜切成5公分長段，燙過備用。
4. 金針菇底部切掉1公分，洗淨備用。
5. 素高湯煮開，投入金針菇煮軟，再加四季豆、草菇、劍筍及枸杞子同煮並調味，湯再滾即芡芡。