

# 滑蛋鯛魚燒

12



**材料** 去籽帶皮南瓜果肉150公克、鯛魚1片、銀芽75公克、金針菇50公克、綠色葉菜（或綠花菜）100公克、蛋1粒、高湯3杯

**調味料** 醬油2湯匙、冰糖1湯匙、柴魚（屑狀）1茶匙

- 做法**
1. 南瓜切厚片，鯛魚斜切成5片，蛋打散。
  2. 醬油、冰糖及柴魚加高湯煮至香味四溢，將柴魚撈起後做為鍋底。
  3. 依序將銀芽、金針菇、南瓜、鯛魚及綠色葉菜放入鍋內，湯滾、菜熟之後再淋下蛋液，蛋凝固即成。
  4. 可將食材上桌，邊煮邊吃。