



麻油雞燉飯

18

材料 麻油雞酒湯汁4碗、白飯1/2碗、雞柳100公克、高麗菜150公克、去籽帶皮南瓜果肉150公克

調味料 鹽、味精各少許

- 做法**
1. 雞柳斜切小塊，高麗菜撕小片，南瓜切約2公分厚小塊。
 2. 鍋內放麻油雞酒湯汁，加高麗菜同煮，見高麗菜熟軟加飯及南瓜同煮，煮至南瓜半熟，加雞柳同煮並調味，雞柳全熟即可熄火，宜趁熱吃。

