

主材料	
丹參	80公克
山藥	100公克
木耳	50公克
甜豆	50公克
紅甜椒	100公克
黃甜椒	100公克

調味料	
鹽	1小匙
冰糖	1小匙
橄欖油	1小匙

五彩繽紛

製作方法

1. 丹參切段加水400毫升煮20分鐘後過濾留下丹參高湯，再以鹽、冰糖調味備用。
2. 山藥、木耳、紅甜椒、黃甜椒等切絲汆燙、甜豆汆燙，上述和合再冰鎮，取出加橄欖油拌勻，泡入作法1.之丹參高湯即可。

