

# 金磚奶酪

## 材 料 >

地瓜300公克、鮮奶油125公克、鮮奶125公克、細糖10公克、吉利丁片5公克

## 調味料 >

玉桂粉1/4茶匙

## 作 法 >

1. 地瓜用電鍋蒸熟切塊放涼備用。
2. 吉利丁片泡冷地瓜湯，軟化後濾去湯汁備用。
3. 將鮮奶油、鮮奶、細糖煮沸加入地瓜燜5分鐘。
4. 將已泡軟的吉利丁片加入(3)拌均過篩。
5. 地瓜夾入杯中，倒入奶酪冷藏，食用前灑上少許玉桂粉。



# 百香拌彩雲

## 材 料 >

蒟蒻200公克、小黃瓜100公克、彩色甜椒(黃、紅色)各100公克、蘋果100公克、百香果5個

## 調味料 >

橄欖油2湯匙、鹽1茶匙、優酪乳1湯匙、醋1茶匙、柳橙汁1茶匙

## 作 法 >

1. 蒟蒻切絲放入加水，鹽、醋煮開5分鐘後泡冷開水備用。
2. 小黃瓜切絲泡冰開水備用。
3. 彩色甜椒切絲泡冰開水備用。
4. 蘋果去皮切絲泡鹽水備用。
5. 將所有的材料瀝乾水分後，放進調理盆中加入調味料拌勻即可。



