

泡一泡有酵

材 料 >

蒟蒻10公克、鴻禧菇15公克、豆腐10公克、山藥15公克、
酵素泡菜20公克、杏鮑菇10公克、草蝦2支、
花枝20公克、文蛤5個、番茄20公克

調味料 >

米霖20公克、酵素泡菜汁30公克、高湯粉15公克

作 法 >

1. 將調味料加入番茄與3杯水煮成特製高湯。
2. 將蒟蒻、鴻禧菇、杏鮑菇、豆腐、山藥、酵素泡菜加入特製高湯煮10分鐘，
加入草蝦、花枝、文蛤煮2分鐘即可。

