

### 農莊元氣山藥盅



#### 材料

白山藥200公克  
紫山藥200公克  
南瓜、地瓜150公克  
毛豆仁100公克  
枸杞50公克  
洋芋150公克  
起司棒數條

#### 調味料

蔬菜高湯 1 杯  
植物性鮮奶油1/3杯  
植物性吉利丁 2 湯匙  
鹽少許

#### 做法

1. 首先將白山藥、紫山藥、南瓜、地瓜清洗去皮，每樣食品分開蒸熟，攪打成泥，過濾後取出降溫。
2. 把植物性吉利丁加少許清水，隔水加熱。
3. 把1. 食材每樣分開，加上蔬菜高湯和植物性鮮奶油調味，再以同樣方式攪拌均勻。
4. 將食材放入容器中，顏色分明，待放涼後置於冰箱中冷藏，待其結凍即可。
5. 以起司棒挖取食用。

