

菇的饗宴



材料

鴻喜菇100公克
 杏鮑菇200公克
 美白菇、秀珍菇
 洋菇、西芹80公克
 蘆筍40公克
 髮菜10公克
 羊柳40公克
 蔥70公克
 薑40公克
 蒜頭10粒
 辣椒2支

調味料

鹽、味素、糖
 蠔油、沙茶醬
 白胡椒、太白粉適量
 吉士粉20公克

做法

一、涼拌洋菇：

洋菇洗淨，西芹洗淨切片泡冰水備用，鍋中放入水加熱燒滾放入洋菇川燙撈起泡冰水涼後撈起，辣椒、蒜頭切細末，將洋菇、西芹、辣椒、蒜末放在鍋子加入香油、鹽、味素拌勻等1小時入味即可食用。

二、羊柳鴻喜菇：

油鍋加熱倒入冷油將羊柳倒下過油後撈起備用，將鍋中的油倒出留二湯匙在鍋裡放入鴻喜菇快炒，再加入羊柳、調味料及沙茶醬拌炒即可。

三、髮菜秀珍菇：

髮菜泡水，洗淨撈起備用。油鍋加水燒滾放入秀珍菇川燙後撈起擺在盤子中間，鍋中倒入水200公克燒滾加入髮菜，再用太白粉芡起鍋淋在盤子上即可。

四、酥炸杏鮑菇：

杏鮑菇切滾刀快加入切細的蒜頭、胡椒粉醃半小時，油鍋倒入油加熱，將醃好的杏鮑菇加入吉士粉拌勻，一個一個放到鍋裡炸熟起鍋即可食用。

五、碧綠美白菇：

將美白菇川燙後撈起，起油鍋放入蔥段、蒜頭、辣椒爆香後，放入蘆筍快炒，再倒入美白菇及調味料拌炒後，起鍋即可食用。