

亞軍

台中市農會
楓樹里家政班

鮮菇南瓜盅

參賽人
吳佩純、陳秋月

材料

秀珍菇	150公克
杏鮑菇	100公克
珊瑚菇	100公克
美白菇	50公克
洋菇	100公克
南瓜5斤、1斤	各1粒

調味料

鮮奶油	1大匙
鹽	適量
味素	適量

作法

- 1 取5斤之南瓜整粒將頭部切取、將南瓜籽及多餘的肉刮出、修整蒸熟備用。
- 2 將各菇類切丁狀燙熟備用。
- 3 1斤的南瓜去皮切塊蒸熟壓成泥狀。
- 4 高湯加入南瓜泥、菇類及調味料煮滾後盛入南瓜盅內、再淋上少許鮮奶油即成。

