

季軍

霧峰鄉農會
田媽媽議蘆餐廳

黃金柳松菇

參賽人
許仲宜、劉安順

材料

柳松菇	185公克
絲瓜	2條
南瓜	296公克

調味料

鹽	適量
糖	適量
胡椒粉	適量
乳瑪琳	適量



作法

- 1 將南瓜洗淨去皮切成薄片，放進蒸籠蒸約20分鐘取出，用果汁機打成泥，放進鍋裡加入適量的乳瑪琳、水、糖、鹽攪和成南瓜醬備用。
- 2 絲瓜去皮洗淨切約2.5公分寬去籽，柳松菇洗淨，鍋子加水煮滾放入絲瓜、柳松菇川燙後撈起瀝乾備用。
- 3 將絲瓜及柳松菇用鹽、胡椒粉調味。
- 4 絲瓜鋪平擺上柳松菇捲起，入蒸籠蒸約1分鐘取出擺盤，淋上南瓜醬即可食用。

