

金莎玉筍



材 料

| | |
|----------|----|
| 茭白筍..... | 6支 |
| 青花菜..... | 半顆 |
| 芋頭..... | 半顆 |
| 油..... | 少許 |

18

調味料

| | |
|----------|-------|
| 沙拉醬..... | 3大匙 |
| 麵包粉..... | 100公克 |
| 蒜頭末..... | 2大匙 |

作法 /

1. 青花菜分成小朵燙熟，蒜頭末炸至金黃色，芋頭絲炸至金黃色備用。
2. 麵包粉用小火翻炒至金黃色，加入蒜頭末拌勻。
3. 茭白筍切滾刀塊，入油鍋炸熟瀝乾油，趁熱拌入沙拉醬，再拌入作法2之麵包粉成金莎玉筍。
4. 金莎玉筍盛入盤中上擺芋頭絲，再佐以青花菜即是一道可口之佳餚。