

戀愛豆腐果

材料：

傳統豆腐1個（約10元）
紅辣椒丁（要辣的）2大匙
陳年發酵醋2大匙
陳年純醬油2大匙
檸檬2個
魚腥草生鮮嫩葉半碗

做法：

1.豆腐燙過，瀝乾水份，加入紅辣椒丁、醋、醬油，擠入檸檬汁，用大匙捏碎拌勻。又酸、又辣如戀愛滋味！（拌好即吃，否則豆腐易出水）



魚腥草精力湯

材料：

魚腥草生鮮嫩葉半碗
鳳梨丁半碗
檸檬一個（擠汁備用）
蘋果丁半碗

做法：

1.以上材料放入果汁機打勻，不要過濾，隨即飲用。特殊的腥香味，能殺菌和提高免疫力。