

品名:素牛肉甜椒煲

材料素燉牛肉 約 10 塊
甜椒 (紅黃綠三種) 約 6-8 個
八角 2 粒打碎
薑 4 片
醬油半茶匙
醬油膏 大約 1 茶匙
冰糖約 10 克
麻油 1 茶匙
胡椒粉約半茶匙

作法:

- 1)素牛肉塊 先川燙後瀝乾
- 2)熱油鍋加薑、八角 慢火炒一會，再加甜椒、素牛肉塊。炒香後加水蓋過甜椒面上為止。然後加入油膏、醬油及冰糖、麻油、胡椒粉一起煮，煮到甜椒軟以及水變少後就可以享用!

品名:雜菇煲

材料:

湯：當歸兩片+ 枸杞子 1 湯匙 >>先煮成湯
鮑魚菇
珊瑚菇
金針菇
猴頭菇(大塊切細)
各 1 包 先川燙後瀝乾
大白菜半顆切細
油膏 1 茶匙
醬油 1 茶匙
麻油約 1 茶匙
冰糖約 10 克
薑數片
香菇調味料

作法:

熱油鍋加薑、大白菜，炒香後再加入所有菇類及當歸湯水，一起煮 10-15 分鐘後,再加入調味料煮 5-10 鐘後就可享用。