

素食雅集

99

素食、環保、愛地球

提供：雅書堂

主廚：王舒俞

地瓜奶濃湯

3~4
人份

材 料：煮熟的地瓜200g、煮熟的馬鈴薯60g、奶油25g、麵粉1大匙、水3碗（約600cc）、植物鮮奶油2大匙、西洋芹葉或巴西里葉少許

調味料：鹽少許、黑胡椒少許

作 法：

1. 以奶油小火炒香麵粉，小心不要燒焦，之後加入3碗水，把麵粉攪散呈滑順狀。
2. 再次煮滾時加入地瓜和馬鈴薯，以中火煮五分鐘後熄火，過程中要不時攪拌以防底層結塊。
3. 接著小心倒入果汁機中，攪打呈細緻的泥狀。倒出後用鹽、黑胡椒與植物鮮奶油調味。並放上西洋芹葉或巴西里葉裝飾。



貼心小叮嚀

1. 甜度高的地瓜是這道湯好喝的關鍵，每年十月份開始到隔年春天結束前是地瓜產季，盛產期的地瓜香甜可口，用來做湯令人驚豔。
2. 果汁機打熱湯請小心湯汁濺出而燙傷，不然放涼再打也可。