

素食雅集

111

素食、環保、愛地球

提供：雅書堂

主廚：陳穎仁

柳松百合

材 料：柳松菇200公克、百合100公克、甜豆50公克、枸杞1匙

調味料：鹽1匙、香菇粉半匙、味醂1匙、香油1匙

作 法：

1. 柳松菇去蒂後汆燙。甜豆洗淨切段後汆燙。百合剝開成片狀。枸杞泡水。
2. 柳松菇和甜豆先下鍋快炒，再放入百合，加入調味料。
3. 起鍋前放入枸杞，拌勻即可。



貼心小叮嚀：

百合容易變黑，所以炒時速度要快些。