

素食雅集

115

素食、環保、愛地球

提供：雅書堂

主廚：陳穎仁

香菇炒山蘇

材 料：鮮香菇6朵，山蘇200公克、樹子1大匙、薑1塊、紅辣椒1條

調味料：鹽半匙、香油1匙



作 法：

1. 山蘇、香菇洗淨；山蘇切除較老部分，香菇對切。薑與辣椒洗淨切絲（辣椒去籽）。
2. 將山蘇和香菇一起汆燙備用。
3. 熱鍋先爆香薑與辣椒。放入山蘇、香菇與樹子，再加入調味料快炒，拌勻後即可起鍋。

貼心小叮嚀：

先把材料汆燙，一可去腥，二可縮短烹調時間，這樣炒出來的菜色澤較鮮艷。