

素食雅集

129

素食、環保、愛地球

提供：雅書堂

主廚：邱寶銅

百香果吐司餅



材 料：

土司2片、馬鈴薯1個、甜玉米粒半杯、
素火腿2片、麵粉1杯

調味料：

沙拉醬半包、百香果醬1大匙

作 法：

1. 將土司四周硬皮切除；馬鈴薯洗淨、蒸熟、去皮、放入調理盆壓成泥；素火腿切丁；麵粉加120cc水調成麵糊。
2. 蒸熟馬鈴薯泥、素火腿丁、甜玉米粒，加入半包沙拉醬一起拌勻，做成餡料。
3. 取一片土司在上面塗滿餡料及百香果醬，再取一片土司蓋上，然後整塊土司沾上麵糊，放入炸油鍋炸至金黃後撈起；瀝乾油後，把土司塊切成對半或三角形，即可排盤，並趁熱食用。