



銀芽三絲

材 料：素翅(Vegetarian shark fin) 金針菇 紅蘿蔔 杏鮑菇
中國芹菜 薑末

調 味 料：鹽 素精(昆布粉) 白胡椒粉 糖

準 備：1. 杏鮑菇洗淨，斜切片，再切粗絲。
2. 金珍菇去底部，分開，洗淨。
3. 紅蘿蔔去皮切絲。綠豆芽洗淨。中國芹菜去葉洗淨，切長段。
4. 素食魚翅泡水待用。薑去皮切末。

做 法：1. 少許油，炒軟杏鮑菇，放入金針菇、紅蘿蔔，以鹽、素精、白胡椒粉，及糖調味。入魚翅、綠豆芽(下鍋前，先輕撒少許鹽於其上)略炒。再入中國芹菜，略炒，即可起鍋。

