



鳳梨苦瓜湯

材 料：香菇 素肉 蔘瓜(Pickle cucumber) 苦瓜
蔘鳳梨(西螺，preserved pineapple)

調 味 料：素精(昆布粉) 鹽 冰糖 油
太白粉 水

準 備：1. 乾香菇以水泡軟，斜切半。
2. 苦瓜切半，去籽。每一半切 3 長條，再斜切小塊。

做 法：1. 素肉過油，香菇以油爆香。
2. 水開，加蔘鳳梨、蔘瓜、苦瓜、香菇，繼續煮；最後加入素肉塊，以糖、鹽、素精(昆布粉)調味及可。

備 註：煮湯不需加蓋，以免湯混濁。蔘瓜可用味全花瓜。

