



提供：觀音齋

主廚：莊汝聰

素食雅集

20

三絲扣鮑翅

材 料：大白菜、筍、胡蘿蔔、香菇、金針菇、素鮑魚、素火腿、乾香菇一朵、素羊肉、青江菜。

調味料：葵花油少許、鹽少許、紅燒醬汁。

- 作 法：**
- 1.大白菜切片，胡蘿蔔、筍切絲，和金針菇用大火炒過。
 - 2.素鮑魚、素火腿切片。
 - 3.取扣碗一個，先放入乾香菇，後再排列素鮑魚及素火腿，後加上素羊肉，最後加入作法後，以保鮮膜封好，放入蒸籠、以大火蒸30分鐘。
 - 4.起油鍋略炒青江菜當盤飾圍盤邊，放入扣碗後，淋上紅燒醬汁即可。

