

香菇食譜介紹

張國秀

素肉鬆

材料：香菇蒂半斤、芝麻 2 兩、油 1 湯匙、醬油 1 湯匙。

作法：(1).香菇蒂泡軟去雜質後搗碎，用果汁機再打碎、擠乾。

(2).將打碎的材料烘乾取出。

(3).起油鍋、將烘乾的材料加入拌炒並調味，即成香酥的素肉鬆。

香酥素肉

材料：香菇蒂（乾）4 兩、地瓜粉半斤、炸油 2 杯。

調味料：梅林醋 2 湯匙、糖 1 湯匙、醬油 1 湯匙、薑汁 3 湯匙、蛋 3 個。

作法：香菇蒂泡軟去雜質後拍打使之鬆散、加入調味料醃漬 2 ~ 4 小時後取出沾地瓜粉炸至金黃色即可。