



香蘭甜菊茶飲

華人茶飲文化歷史悠久，而其可解膩潤口的特性，在餐桌上逐漸發展出與餐食密不可分的關係。

這道香蘭甜菊茶飲，採用來自花蓮的香蘭葉與甜菊葉，獨特的香氣融入茶湯之中，使茶湯甜中帶甘。略成琥珀色的茶湯，加入少量帶有淡淡芋香的香蘭葉，除了增添香氣，佐以適量的枸杞與甜菊本身所帶出的甜味，淡雅而清爽，絕對是餐飲中健康又解膩的桌邊茶飲。啜飲時，亦可見其脆綠的葉片在茶湯中冉冉伸展，猶如一幅畫作，更添茶湯的觀賞價值。





食材

香蘭葉	500 克
甜菊	30 克
細砂糖	適量
枸杞	適量

作法

- » 香蘭葉切小段，備用。
- » 取一鍋水，煮香蘭葉、甜菊葉；煮滾轉小火煮。
- » 加砂糖，煮約十分，再加枸杞煮滾關火。
- » 杯子放入少許甜菊、枸杞。
- » 倒入香蘭茶即可。

