

地方農特產品創意料理

彩虹蝦鬆

材 料：萵苣80公克、蝦仁30公克、芋頭50公克、紅蘿蔔50公克、芹菜50公克

調味料：胡椒粉、鹽、糖、香油各少許

作 法：

- 1.萵苣剪成5公分圓形，以冰鎮方式備用。
- 2.蝦仁加少許酒約醃5分鐘撈起備用。
- 3.將芋頭、紅蘿蔔、芹菜切小丁備用。
- 4.起油鍋，將作法2.、3.炸酥撈起後乾炒，再加入胡椒粉、糖、鹽。
- 5.起鍋前加入少許香油放涼盛入萵苣上即可。

