

文旦柚創意料理

優勝作品

圖文·林妙娟



沙拉紅柚

- ★ 材料：柚子1個、蝦仁300公克、青豆仁少許、火龍果5個、沙拉醬1/2杯
 - ★ 調味料：鹽、胡椒粉各少許
 - ★ 作法：1.蝦仁、青豆仁川燙備用，火龍果切半取肉切塊，柚子去皮取肉切塊。
2.將所有調味料拌勻，再下所有材料及沙拉醬攪拌均勻，置入火龍果殼中即可。
- 花蓮縣香村綠野小吃店 製作



文旦蜜汁柚

- ★ 材料：柚子1個、里肌肉300公克、鳳梨片數片、蔥1支、薑1塊、雞蛋1顆
 - ★ 調味料：蕃茄醬、蜂蜜、太白粉、麵粉各1湯匙、鹽、糖、胡椒粉、柚子醬各少許、白醋1茶匙
 - ★ 作法：1.柚子去皮取肉，一半切塊，一半與鳳梨片排於盤邊。
2.里肌肉切菱形，用鹽、胡椒粉調味，加上雞蛋拌勻醃5分鐘，沾上調好的太白粉及麵粉，待回軟再抓成圓球，入油鍋將肉球炸熟，擺於盤中。
3.鍋內放半杯水，加入剩餘之調味料煮開，待汁濃稠，放入文旦柚勾薄芡，淋於肉球上。
- 宜蘭縣冬山鄉農會家政班 製作