



柚惑蒟蒻蓋

★ 材料：

柚子1個、生菜1顆、蒟蒻2片、素蝦、素火腿、木耳各少許、芹菜末2湯匙、荸薺2粒、調味料(米酒1茶匙、鹽、胡椒粉各少許)。

★ 做法：

1. 柚子去皮、去籽，撕成絲粒狀備用。
2. 生菜葉洗淨，修剪成小碗碟狀，以冰冷開水泡過備用。
3. 荸薺去皮，黑木耳先浸泡，與素蝦、蒟蒻、素火腿等洗淨切細粒。
4. 起油鍋略拌炒3.料並調味，最後加入芹菜末，起鍋後與柚子絲拌勻，裝入生菜葉內一起食用。

宜蘭縣玉蘭茶風味餐 製作