



## 山藥佳味湯

- ★材料：山藥半斤、冬筍4兩、紅蘿蔔片6片、豌豆1兩、洋菇3朵、水6杯。
- ★調味料：鹽1茶匙。
- ★作法：1.山藥、冬筍、洋菇切薄片。2.水煮開後，放入所有材料同煮至熟，入調味料即可（亦可加入山藥素丸同煮）。



## 山藥燒栗子肉

- ★材料：山藥1斤、栗子4兩、五花肉半斤。
- ★調味料：蒜頭6粒、冰糖2湯匙、醬油4湯匙、酒1湯匙。
- ★作法：1.山藥去皮切滾刀小塊。2.栗子泡軟去硬梗。3.五花肉切塊，加水、栗子以小火燜煮30分鐘，加入山藥及調味料小火煮10分鐘即可。