

大廚師:李曉燕
日期:Dec.1 2007

炒二冬

材料:

1. 新鮮冬筍
2. 新鮮香菇數朵

做法:

1. 香菇洗淨,去蒂,在表面劃上淺淺的十字
2. 冬筍剝去外殼,從上往下切片(不要橫切)
3. 起中火,將冬筍放入乾煸,等聞到清香的冬筍味,冬筍表面已經均勻受熱時,盛出備用
4. 起油鍋,大火,在油裡加少許鹽,放入香菇,兩面煎香
5. 等香菇煎香後放入冬筍,翻炒幾下,再放點鹽即可起鍋

***炒二冬特點:味道鮮美,清香,自然,爽口且做法簡單,營養價值高