



春之套餐



全文轉載自

《在家煮食，在家吃飯》

作者 · May

是料理研究家，也是專業的料理設計師 (Food Stylist)。為了將最喜歡的興趣與熱愛的工作結合，至今持續研究著讓人吃了會感到幸福的料理。

Facebook : foodstylist.may

出版社 · 悅知文化



作法超簡單的飄香極品餐點

- ❶ 豆腐煎餅
- ❷ 奶油醬油飯
- ❸ 涼拌榨菜小黃瓜
- ❹ 香菇蛋花湯

豆腐煎餅 主菜



材料

豆腐 1塊
青陽辣椒、新鮮香菇、
蟹肉棒 各2個

大蔥 3cm
雞蛋 1個
麵粉 3大匙

鹽、胡椒粉 各少許
食用油 1大匙

沾醬

醬油、白醋、水
各1大匙

做法



1. 用刀面稍微按壓豆腐後，以刀背輕輕搗碎。

2. 將青陽辣椒、新鮮香菇、蟹肉棒、大蔥切成末。

3. 在碗中放入步驟1的豆腐、步驟2的食材、雞蛋、麵粉、鹽、胡椒粉拌勻。

4. 鍋熱後倒入食用油，舀入1湯匙步驟3的豆腐麵糊，煎至兩面焦黃。起鍋後，佐沾醬享用。

Cooking Tip

豆腐煎餅的麵糊中，可加入牛肉、豬肉或雞肉，會更有嚼勁。此外，也可以做成漢堡肉的大小，煎熟後來在麵包中享用。

奶油醬油飯 (1人份) 配菜 1



做法

1. 將剛煮好的白飯盛入碗中。
2. 在白飯中間挖個洞，放入蛋黃。
3. 再放入奶油和醬油拌勻。
4. 可依個人口味做調整，將山芹菜莖切成末後放入白飯裡，可增添香氣。

材料

白飯1碗、蛋黃1個、奶油1大匙、醬油、山芹菜莖各少許

涼拌榨菜小黃瓜 配菜 2



做法

1. 將榨菜浸泡於冷水，以去除過多的鹹味，再撈起擠乾水分。
2. 將小黃瓜和蔥白切成細絲。
3. 將蒜頭切成薄片。
4. 在碗中放入所有材料拌勻。

材料

榨菜 150g、小黃瓜 50g、大蔥蔥白少許、蒜頭2顆、砂糖、白醋、辣油 各1小匙

香菇蛋花湯 配菜 3



材料

新鮮香菇 4朵
小蔥 少許
煮湯用鯉魚乾 4隻
昆布 1張 (10×10cm)
水 3杯
湯醬油 1大匙
雞蛋 2個
鹽 1/3小匙

做法

1. 將香菇切除蒂頭，再切成4等分，另將蒂頭留下來熬湯，小蔥切成蔥花。
2. 在鍋中放入鯉魚乾、昆布、香菇蒂頭、水，熬煮成高湯。
3. 熬出味道後，撈除鍋內的食材，放入湯醬油調味，再放入步驟1的香菇煮滾。
4. 將雞蛋打散成蛋液，以畫圓方式慢慢倒入鍋中煮滾。
5. 若不夠味，可再加點鹽來調味，再撒上蔥花。