

大廚師:鶯芳師姐  
日期:Aug.07 2010

## 日式精進料理－梅醬 Radish

材料:(約 2 人份)

1. 當季有機 Radish(帶葉) 8 個
2. 濕梅乾(正味=末調味) 1 個
3. 梅紫蘇 少許
4. 活性過濾水 100cc
5. 本葛粉 1.5 小匙
6. 梅醬 1 小匙

做法:

1. Radish 洗淨,葉子用熱水川燙後用冷水沖洗瀝乾
2. 梅乾去籽和梅紫蘇切成碎狀
3. 鍋中放入 100cc 活性水,Radish,和做法 2,用中火煮開改小火續煮約 10 分鐘(不必蓋鍋蓋)
4. 葛粉以等量的水調勻,慢慢拌入做法 3 勾芡後再調入梅醬即可

FM96.1 週末雙響炮