

大廚師:Lina

日期:Dec.4 2010

客家鹹蛋涼瓜

材料:

- 1.涼瓜 2 條(去仔切 2 公分寬條狀)
- 2.熟鹹蛋 2 個(蛋黃、蛋白分開)
- 3.枸杞子少許(約一匙)
- 4.蔥花少許(綠蔥一支切碎)
- 5.糖或味精(少許)

作法:

1. 炒鍋放少許油，將鹹蛋黃邊炒邊壓炒散，炒香後加入涼瓜乾炒一下，加些水後蓋鍋蓋將涼瓜燜煮熟，
2. 最後加入鹹蛋白(試著加，不必太多，會太鹹)及材料 3.4.5 稍炒一下即可起鍋。