



使用兩種水果做出外觀和味道都十分清爽的一道菜餚

### 柿子蘿蔔捲 加葡萄凍

- 1 柿子去皮，切成長3公分寬1公分的條狀，灑上檸檬汁。
- 2 白蘿蔔去皮，切成可捲起柿子條塊大小程度的薄片，以鹽水浸泡30分鐘，然後除去水分，捲起柿子條塊。
- 3 葡萄去皮去籽，浸泡於添加檸檬汁的甜醋中。
- 4 泡開食用膠，放在甜醋裏以火煮開溶化。熱氣消散後，放入葡萄，冷卻凝固。
- 5 把蘿蔔片捲柿子放入容器內，然後加上4的葡萄凍。



把據說可潤喉的食材組合一起煮成的黑豆梨膏

- 1 把洗過的黑豆用水浸泡一夜，然後放入足夠的水，加入砂糖煮甜黑豆。
- 2 梨去皮後，切掉上部的1/4，挖空內部。把底部稍微切平，以便能放穩。用蒸籠蒸20分鐘左右。
- 3 等梨冷卻後，塞入1的甜黑豆。  
\*放涼後食用，更為美味。

爽口的山藥加上濃醇芝麻的芝麻醬煮山藥

- 1 山藥去皮，切成1公分厚的圓片，放在水裏浸泡5分鐘，去除水氣後，放入鍋中，用水煮3分鐘。
- 2 用雞湯湯頭將芝麻醬溶化後，加鹽、糖調味。
- 3 把2的醬汁和1的山藥放入鍋中，用中小火煮10~15分鐘，然後置於醬汁中冷卻。
- 4 把配料白舞菇和鴻喜菇等菇類用油稍炸後，再用由黑醋、醬油、麻油和蜂蜜調合成的醬汁攪拌。
- 5 把3的山藥盛盤，放上4的菇類。



可以享受輕燻後干貝的美味和梨清爽口味的涼拌干貝

- 1 在干貝上撒上少許鹽巴，燻烤8分鐘左右，然後切成薄片。
- 2 梨子去皮去芯，薄切成長條片，再把芹菜也切成薄片。
- 3 把麻油和醋充分調拌後，再以鹽調味。
- 4 用3的調味汁將1的燻干貝以及2的梨子和芹菜拌在一起後盛放盤中，撒上粗粒黑胡椒。

