

雪裡蕪燒豆腐

材 料：

傳統豆腐	1 塊
雪裡蕪	150 克
乾香菇	2 朵
薑	3 片
紅辣椒	1 根

調味料：

細砂糖	1 小匙
香油	1 小匙
橄欖油	1 大匙



作 法：

1. 豆腐切長條狀；雪裡蕪浸泡薄鹽水片刻，洗淨後切碎；香菇泡軟，切絲；薑切絲；紅辣椒洗淨，去籽後切絲。
2. 起油鍋，以少許油先爆香薑絲、紅辣椒絲，再放入雪裡蕪、香菇絲炒香，接著加入適量的水，煮沸後加細砂糖調味，再把雪裡蕪等材料推到鍋邊，鍋底留湯汁，把豆腐條放到湯汁中，以小火慢燒約五分鐘，再與雪裡蕪等材料拌炒均勻，起鍋前淋入香油即可。

貼心小叮嚀

雪裡蕪醃漬過程需大量鹽醃漬，所以會很鹹，須要泡鹽水來解鹽的鹹味，這就是利用滲透壓原理。