

蘑菇食谱之蔬菜类 19：白扒四宝

19. 白扒四宝

原料：水发蘑菇 75 克，水发冬菇 75 克，冬笋 75 克，鲜蚕豆瓣 75 克，绍酒 10 克，味精、香油、精盐、水淀粉、姜末、白糖各适量，豆油 0.5 公斤（约耗 50 克）。

制法：先将蘑菇洗净泥沙；冬菇去蒂切成约 1 寸长、4 分宽、2 分厚的长方片；冬笋切成与冬菇相同的片；和蚕豆瓣同放盘内。炒勺置旺火上，加入豆油，烧至六成热，将蘑菇、冬菇、笋片、蚕豆瓣倒入勺内，随即加入精盐、绍酒、姜末、白糖、鲜汤，烧 3 分钟左右后放入味精，用水淀粉勾芡，淋香油即可装盘。

特点：色泽清白，脆嫩鲜香，清淡适口。