

蘑菇食谱之豆制品类 6：炆腐竹鲜蘑

6. 炆腐竹鲜蘑

原料：水发腐竹 200 克，鲜蘑菇 100 克，黄瓜 30 克，胡萝卜 20 克，精盐、味精适量。

制法：将发好的腐竹切 8 分长的段，鲜蘑菇切成薄片，黄瓜、胡萝卜均切成小象眼片。将切好的腐竹段、胡萝卜片、黄瓜片、鲜蘑片均分别用沸水焯好，用冷水投凉，沥净水分。将焯好的腐竹、鲜蘑菇、胡萝卜、黄瓜放入盆中，加入精盐和味精，并加入热花椒油拌匀，装盘即成。

特点：质嫩鲜咸，味美可口。