

南瓜捲

3



輔導
單位

屏東縣屏榮高級中學

輔導
人員

蔡宛汝

食譜提供
及製作

董健鴻、陳培宇、陳靖嫻

材料

蒜仁2瓣、南瓜絲40公克、木耳絲40公克、
紅蘿蔔絲20公克、春捲皮2½張

調味料

鹽、糖、米酒、太白粉、香油

作法

1. 蒜仁切末，起油鍋爆香，加入南瓜絲、木耳絲、紅蘿蔔絲拌炒，以鹽、糖、米酒調味及少許太白粉水芡芡，續淋上香油後盛起，分成5等份備用。
2. 取半張春捲皮，放入做法1材料1份，捲起，炸至金黃色即完成。

