

冠軍

材 料

豬肉	200公克
梅干菜	120公克
青江菜	60公克
南瓜	300公克
洋菇	60公克
冬瓜	300公克
蒜頭	50公克
蝦米	10公克
絞肉	60公克

調味料

醬油	300公克
糖	20公克
高鮮	5公克
米酒	600公克

作 法

1. 豬肉切片加入蒜頭及調味料滷40分鐘，梅干菜泡水洗淨炒香，將豬肉捲上梅干菜即為一寶。
2. 洋菇刻花，將青江菜、洋菇川燙至熟，南瓜、冬瓜蒸熟，再將蝦米、絞肉炒香放入蒸好的南瓜及冬瓜即為一寶。
3. 將雙寶排盤即可。



傳統家鄉封雙寶