

ひと口サイズのパーティー料理

浜 裕子
Yuko Hama

甜品



涼菜



中華な フイソングー フールド 50 のレシピ。

点心



主菜



湯



主菜



Chinese
Fingerfood
Recipes

50



飲料





菜譜 04

ミニピータン豆腐

中華の前菜に欠かせないピータン豆腐も、うずらのピータンを使えばフィンガーサイズに。アボカドのピューレとマイクロトマトを添え、お洒落に仕上げます。



涼菜



材料
 1人前分
 豆腐 100g
 うずらのピータン 1個
 アボカド 1個
 ミクロトマト 4個
 塩コショウ 少々
 揚げ油 適量
 作り方
 1. 豆腐を水で洗って水気を拭き取り、電子レンジで加熱する。
 2. 加熱した豆腐を型抜きし、油で揚げる。
 3. うずらのピータンを型抜きし、豆腐の上にのせる。
 4. アボカドをピューレにし、豆腐の上にのせる。
 5. ミクロトマトを添え、塩コショウで味を調える。

材料
 1人前分
 豆腐 100g
 うずらのピータン 1個
 アボカド 1個
 ミクロトマト 4個
 塩コショウ 少々
 揚げ油 適量
 作り方
 1. 豆腐を水で洗って水気を拭き取り、電子レンジで加熱する。
 2. 加熱した豆腐を型抜きし、油で揚げる。
 3. うずらのピータンを型抜きし、豆腐の上にのせる。
 4. アボカドをピューレにし、豆腐の上にのせる。
 5. ミクロトマトを添え、塩コショウで味を調える。

Photo



材料
 1人前分
 豆腐 100g
 うずらのピータン 1個
 アボカド 1個
 ミクロトマト 4個
 塩コショウ 少々
 揚げ油 適量
 作り方
 1. 豆腐を水で洗って水気を拭き取り、電子レンジで加熱する。
 2. 加熱した豆腐を型抜きし、油で揚げる。
 3. うずらのピータンを型抜きし、豆腐の上にのせる。
 4. アボカドをピューレにし、豆腐の上にのせる。
 5. ミクロトマトを添え、塩コショウで味を調える。





COLUMN 1
中華料理をお洒落に楽しむための
モダン・チャイニーズセッティング例

中華料理をお洒落に楽しむための
モダン・チャイニーズセッティング例
の一例として、ここでは、
モダン・チャイニーズセッティング例
をご紹介します。

中華料理をお洒落に楽しむための
モダン・チャイニーズセッティング例
の一例として、ここでは、
モダン・チャイニーズセッティング例
をご紹介します。



中華のセッティングでお洒落に楽しむためには、わんげかスプーンを入れるのが基本です。また、フキン/ナプキンにタペタルを用いるのも、中華な演出のひとつ。



菜肉鮮蝦餃 (鮮蝦餃)





主菜









材料
1. 猪皮 100g
2. 猪骨 100g
3. 猪尾 100g
4. 猪脚 100g
5. 猪心 100g
6. 猪肚 100g
7. 猪大肠 100g
8. 猪小肠 100g
9. 猪膀胱 100g
10. 猪肾 100g
11. 猪肺 100g
12. 猪肝 100g
13. 猪脾 100g
14. 猪胰 100g
15. 猪胆 100g
16. 猪胃 100g
17. 猪肠 100g
18. 猪肚 100g
19. 猪大肠 100g
20. 猪小肠 100g
21. 猪膀胱 100g
22. 猪肾 100g
23. 猪肺 100g
24. 猪肝 100g
25. 猪脾 100g
26. 猪胰 100g
27. 猪胆 100g
28. 猪胃 100g
29. 猪肠 100g
30. 猪肚 100g
31. 猪大肠 100g
32. 猪小肠 100g
33. 猪膀胱 100g
34. 猪肾 100g
35. 猪肺 100g
36. 猪肝 100g
37. 猪脾 100g
38. 猪胰 100g
39. 猪胆 100g
40. 猪胃 100g
41. 猪肠 100g
42. 猪肚 100g
43. 猪大肠 100g
44. 猪小肠 100g
45. 猪膀胱 100g
46. 猪肾 100g
47. 猪肺 100g
48. 猪肝 100g
49. 猪脾 100g
50. 猪胰 100g
51. 猪胆 100g
52. 猪胃 100g
53. 猪肠 100g
54. 猪肚 100g
55. 猪大肠 100g
56. 猪小肠 100g
57. 猪膀胱 100g
58. 猪肾 100g
59. 猪肺 100g
60. 猪肝 100g
61. 猪脾 100g
62. 猪胰 100g
63. 猪胆 100g
64. 猪胃 100g
65. 猪肠 100g
66. 猪肚 100g
67. 猪大肠 100g
68. 猪小肠 100g
69. 猪膀胱 100g
70. 猪肾 100g
71. 猪肺 100g
72. 猪肝 100g
73. 猪脾 100g
74. 猪胰 100g
75. 猪胆 100g
76. 猪胃 100g
77. 猪肠 100g
78. 猪肚 100g
79. 猪大肠 100g
80. 猪小肠 100g
81. 猪膀胱 100g
82. 猪肾 100g
83. 猪肺 100g
84. 猪肝 100g
85. 猪脾 100g
86. 猪胰 100g
87. 猪胆 100g
88. 猪胃 100g
89. 猪肠 100g
90. 猪肚 100g
91. 猪大肠 100g
92. 猪小肠 100g
93. 猪膀胱 100g
94. 猪肾 100g
95. 猪肺 100g
96. 猪肝 100g
97. 猪脾 100g
98. 猪胰 100g
99. 猪胆 100g
100. 猪胃 100g
101. 猪肠 100g
102. 猪肚 100g
103. 猪大肠 100g
104. 猪小肠 100g
105. 猪膀胱 100g
106. 猪肾 100g
107. 猪肺 100g
108. 猪肝 100g
109. 猪脾 100g
110. 猪胰 100g
111. 猪胆 100g
112. 猪胃 100g
113. 猪肠 100g
114. 猪肚 100g
115. 猪大肠 100g
116. 猪小肠 100g
117. 猪膀胱 100g
118. 猪肾 100g
119. 猪肺 100g
120. 猪肝 100g
121. 猪脾 100g
122. 猪胰 100g
123. 猪胆 100g
124. 猪胃 100g
125. 猪肠 100g
126. 猪肚 100g
127. 猪大肠 100g
128. 猪小肠 100g
129. 猪膀胱 100g
130. 猪肾 100g
131. 猪肺 100g
132. 猪肝 100g
133. 猪脾 100g
134. 猪胰 100g
135. 猪胆 100g
136. 猪胃 100g
137. 猪肠 100g
138. 猪肚 100g
139. 猪大肠 100g
140. 猪小肠 100g
141. 猪膀胱 100g
142. 猪肾 100g
143. 猪肺 100g
144. 猪肝 100g
145. 猪脾 100g
146. 猪胰 100g
147. 猪胆 100g
148. 猪胃 100g
149. 猪肠 100g
150. 猪肚 100g
151. 猪大肠 100g
152. 猪小肠 100g
153. 猪膀胱 100g
154. 猪肾 100g
155. 猪肺 100g
156. 猪肝 100g
157. 猪脾 100g
158. 猪胰 100g
159. 猪胆 100g
160. 猪胃 100g
161. 猪肠 100g
162. 猪肚 100g
163. 猪大肠 100g
164. 猪小肠 100g
165. 猪膀胱 100g
166. 猪肾 100g
167. 猪肺 100g
168. 猪肝 100g
169. 猪脾 100g
170. 猪胰 100g
171. 猪胆 100g
172. 猪胃 100g
173. 猪肠 100g
174. 猪肚 100g
175. 猪大肠 100g
176. 猪小肠 100g
177. 猪膀胱 100g
178. 猪肾 100g
179. 猪肺 100g
180. 猪肝 100g
181. 猪脾 100g
182. 猪胰 100g
183. 猪胆 100g
184. 猪胃 100g
185. 猪肠 100g
186. 猪肚 100g
187. 猪大肠 100g
188. 猪小肠 100g
189. 猪膀胱 100g
190. 猪肾 100g
191. 猪肺 100g
192. 猪肝 100g
193. 猪脾 100g
194. 猪胰 100g
195. 猪胆 100g
196. 猪胃 100g
197. 猪肠 100g
198. 猪肚 100g
199. 猪大肠 100g
200. 猪小肠 100g
201. 猪膀胱 100g
202. 猪肾 100g
203. 猪肺 100g
204. 猪肝 100g
205. 猪脾 100g
206. 猪胰 100g
207. 猪胆 100g
208. 猪胃 100g
209. 猪肠 100g
210. 猪肚 100g
211. 猪大肠 100g
212. 猪小肠 100g
213. 猪膀胱 100g
214. 猪肾 100g
215. 猪肺 100g
216. 猪肝 100g
217. 猪脾 100g
218. 猪胰 100g
219. 猪胆 100g
220. 猪胃 100g
221. 猪肠 100g
222. 猪肚 100g
223. 猪大肠 100g
224. 猪小肠 100g
225. 猪膀胱 100g
226. 猪肾 100g
227. 猪肺 100g
228. 猪肝 100g
229. 猪脾 100g
230. 猪胰 100g
231. 猪胆 100g
232. 猪胃 100g
233. 猪肠 100g
234. 猪肚 100g
235. 猪大肠 100g
236. 猪小肠 100g
237. 猪膀胱 100g
238. 猪肾 100g
239. 猪肺 100g
240. 猪肝 100g
241. 猪脾 100g
242. 猪胰 100g
243. 猪胆 100g
244. 猪胃 100g
245. 猪肠 100g
246. 猪肚 100g
247. 猪大肠 100g
248. 猪小肠 100g
249. 猪膀胱 100g
250. 猪肾 100g
251. 猪肺 100g
252. 猪肝 100g
253. 猪脾 100g
254. 猪胰 100g
255. 猪胆 100g
256. 猪胃 100g
257. 猪肠 100g
258. 猪肚 100g
259. 猪大肠 100g
260. 猪小肠 100g
261. 猪膀胱 100g
262. 猪肾 100g
263. 猪肺 100g
264. 猪肝 100g
265. 猪脾 100g
266. 猪胰 100g
267. 猪胆 100g
268. 猪胃 100g
269. 猪肠 100g
270. 猪肚 100g
271. 猪大肠 100g
272. 猪小肠 100g
273. 猪膀胱 100g
274. 猪肾 100g
275. 猪肺 100g
276. 猪肝 100g
277. 猪脾 100g
278. 猪胰 100g
279. 猪胆 100g
280. 猪胃 100g
281. 猪肠 100g
282. 猪肚 100g
283. 猪大肠 100g
284. 猪小肠 100g
285. 猪膀胱 100g
286. 猪肾 100g
287. 猪肺 100g
288. 猪肝 100g
289. 猪脾 100g
290. 猪胰 100g
291. 猪胆 100g
292. 猪胃 100g
293. 猪肠 100g
294. 猪肚 100g
295. 猪大肠 100g
296. 猪小肠 100g
297. 猪膀胱 100g
298. 猪肾 100g
299. 猪肺 100g
300. 猪肝 100g
301. 猪脾 100g
302. 猪胰 100g
303. 猪胆 100g
304. 猪胃 100g
305. 猪肠 100g
306. 猪肚 100g
307. 猪大肠 100g
308. 猪小肠 100g
309. 猪膀胱 100g
310. 猪肾 100g
311. 猪肺 100g
312. 猪肝 100g
313. 猪脾 100g
314. 猪胰 100g
315. 猪胆 100g
316. 猪胃 100g
317. 猪肠 100g
318. 猪肚 100g
319. 猪大肠 100g
320. 猪小肠 100g
321. 猪膀胱 100g
322. 猪肾 100g
323. 猪肺 100g
324. 猪肝 100g
325. 猪脾 100g
326. 猪胰 100g
327. 猪胆 100g
328. 猪胃 100g
329. 猪肠 100g
330. 猪肚 100g
331. 猪大肠 100g
332. 猪小肠 100g
333. 猪膀胱 100g
334. 猪肾 100g
335. 猪肺 100g
336. 猪肝 100g
337. 猪脾 100g
338. 猪胰 100g
339. 猪胆 100g
340. 猪胃 100g
341. 猪肠 100g
342. 猪肚 100g
343. 猪大肠 100g
344. 猪小肠 100g
345. 猪膀胱 100g
346. 猪肾 100g
347. 猪肺 100g
348. 猪肝 100g
349. 猪脾 100g
350. 猪胰 100g
351. 猪胆 100g
352. 猪胃 100g
353. 猪肠 100g
354. 猪肚 100g
355. 猪大肠 100g
356. 猪小肠 100g
357. 猪膀胱 100g
358. 猪肾 100g
359. 猪肺 100g
360. 猪肝 100g
361. 猪脾 100g
362. 猪胰 100g
363. 猪胆 100g
364. 猪胃 100g
365. 猪肠 100g
366. 猪肚 100g
367. 猪大肠 100g
368. 猪小肠 100g
369. 猪膀胱 100g
370. 猪肾 100g
371. 猪肺 100g
372. 猪肝 100g
373. 猪脾 100g
374. 猪胰 100g
375. 猪胆 100g
376. 猪胃 100g
377. 猪肠 100g
378. 猪肚 100g
379. 猪大肠 100g
380. 猪小肠 100g
381. 猪膀胱 100g
382. 猪肾 100g
383. 猪肺 100g
384. 猪肝 100g
385. 猪脾 100g
386. 猪胰 100g
387. 猪胆 100g
388. 猪胃 100g
389. 猪肠 100g
390. 猪肚 100g
391. 猪大肠 100g
392. 猪小肠 100g
393. 猪膀胱 100g
394. 猪肾 100g
395. 猪肺 100g
396. 猪肝 100g
397. 猪脾 100g
398. 猪胰 100g
399. 猪胆 100g
400. 猪胃 100g
401. 猪肠 100g
402. 猪肚 100g
403. 猪大肠 100g
404. 猪小肠 100g
405. 猪膀胱 100g
406. 猪肾 100g
407. 猪肺 100g
408. 猪肝 100g
409. 猪脾 100g
410. 猪胰 100g
411. 猪胆 100g
412. 猪胃 100g
413. 猪肠 100g
414. 猪肚 100g
415. 猪大肠 100g
416. 猪小肠 100g
417. 猪膀胱 100g
418. 猪肾 100g
419. 猪肺 100g
420. 猪肝 100g
421. 猪脾 100g
422. 猪胰 100g
423. 猪胆 100g
424. 猪胃 100g
425. 猪肠 100g
426. 猪肚 100g
427. 猪大肠 100g
428. 猪小肠 100g
429. 猪膀胱 100g
430. 猪肾 100g
431. 猪肺 100g
432. 猪肝 100g
433. 猪脾 100g
434. 猪胰 100g
435. 猪胆 100g
436. 猪胃 100g
437. 猪肠 100g
438. 猪肚 100g
439. 猪大肠 100g
440. 猪小肠 100g
441. 猪膀胱 100g
442. 猪肾 100g
443. 猪肺 100g
444. 猪肝 100g
445. 猪脾 100g
446. 猪胰 100g
447. 猪胆 100g
448. 猪胃 100g
449. 猪肠 100g
450. 猪肚 100g
451. 猪大肠 100g
452. 猪小肠 100g
453. 猪膀胱 100g
454. 猪肾 100g
455. 猪肺 100g
456. 猪肝 100g
457. 猪脾 100g
458. 猪胰 100g
459. 猪胆 100g
460. 猪胃 100g
461. 猪肠 100g
462. 猪肚 100g
463. 猪大肠 100g
464. 猪小肠 100g
465. 猪膀胱 100g
466. 猪肾 100g
467. 猪肺 100g
468. 猪肝 100g
469. 猪脾 100g
470. 猪胰 100g
471. 猪胆 100g
472. 猪胃 100g
473. 猪肠 100g
474. 猪肚 100g
475. 猪大肠 100g
476. 猪小肠 100g
477. 猪膀胱 100g
478. 猪肾 100g
479. 猪肺 100g
480. 猪肝 100g
481. 猪脾 100g
482. 猪胰 100g
483. 猪胆 100g
484. 猪胃 100g
485. 猪肠 100g
486. 猪肚 100g
487. 猪大肠 100g
488. 猪小肠 100g
489. 猪膀胱 100g
490. 猪肾 100g
491. 猪肺 100g
492. 猪肝 100g
493. 猪脾 100g
494. 猪胰 100g
495. 猪胆 100g
496. 猪胃 100g
497. 猪肠 100g
498. 猪肚 100g
499. 猪大肠 100g
500. 猪小肠 100g
501. 猪膀胱 100g
502. 猪肾 100g
503. 猪肺 100g
504. 猪肝 100g
505. 猪脾 100g
506. 猪胰 100g
507. 猪胆 100g
508. 猪胃 100g
509. 猪肠 100g
510. 猪肚 100g
511. 猪大肠 100g
512. 猪小肠 100g
513. 猪膀胱 100g
514. 猪肾 100g
515. 猪肺 100g
516. 猪肝 100g
517. 猪脾 100g
518. 猪胰 100g
519. 猪胆 100g
520. 猪胃 100g
521. 猪肠 100g
522. 猪肚 100g
523. 猪大肠 100g
524. 猪小肠 100g
525. 猪膀胱 100g
526. 猪肾 100g
527. 猪肺 100g
528. 猪肝 100g
529. 猪脾 100g
530. 猪胰 100g
531. 猪胆 100g
532. 猪胃 100g
533. 猪肠 100g
534. 猪肚 100g
535. 猪大肠 100g
536. 猪小肠 100g
537. 猪膀胱 100g
538. 猪肾 100g
539. 猪肺 100g
540. 猪肝 100g
541. 猪脾 100g
542. 猪胰 100g
543. 猪胆 100g
544. 猪胃 100g
545. 猪肠 100g
546. 猪肚 100g
547. 猪大肠 100g
548. 猪小肠 100g
549. 猪膀胱 100g
550. 猪肾 100g
551. 猪肺 100g
552. 猪肝 100g
553. 猪脾 100g
554. 猪胰 100g
555. 猪胆 100g
556. 猪胃 100g
557. 猪肠 100g
558. 猪肚 100g
559. 猪大肠 100g
560. 猪小肠 100g
561. 猪膀胱 100g
562. 猪肾 100g
563. 猪肺 100g
564. 猪肝 100g
565. 猪脾 100g
566. 猪胰 100g
567. 猪胆 100g
568. 猪胃 100g
569. 猪肠 100g
570. 猪肚 100g
571. 猪大肠 100g
572. 猪小肠 100g
573. 猪膀胱 100g
574. 猪肾 100g
575. 猪肺 100g
576. 猪肝 100g
577. 猪脾 100g
578. 猪胰 100g
579. 猪胆 100g
580. 猪胃 100g
581. 猪肠 100g
582. 猪肚 100g
583. 猪大肠 100g
584. 猪小肠 100g
585. 猪膀胱 100g
586. 猪肾 100g
587. 猪肺 100g
588. 猪肝 100g
589. 猪脾 100g
590. 猪胰 100g
591. 猪胆 100g
592. 猪胃 100g
593. 猪肠 100g
594. 猪肚 100g
595. 猪大肠 100g
596. 猪小肠 100g
597. 猪膀胱 100g
598. 猪肾 100g
599. 猪肺 100g
600. 猪肝 100g
601. 猪脾 100g
602. 猪胰 100g
603. 猪胆 100g
604. 猪胃 100g
605. 猪肠 100g
606. 猪肚 100g
607. 猪大肠 100g
608. 猪小肠 100g
609. 猪膀胱 100g
610. 猪肾 100g
611. 猪肺 100g
612. 猪肝 100g
613. 猪脾 100g
614. 猪胰 100g
615. 猪胆 100g
616. 猪胃 100g
617. 猪肠 100g
618. 猪肚 100g
619. 猪大肠 100g
620. 猪小肠 100g
621. 猪膀胱 100g
622. 猪肾 100g
623. 猪肺 100g
624. 猪肝 100g
625. 猪脾 100g
626. 猪胰 100g
627. 猪胆 100g
628. 猪胃 100g
629. 猪肠 100g
630. 猪肚 100g
631. 猪大肠 100g
632. 猪小肠 100g
633. 猪膀胱 100g
634. 猪肾 100g
635. 猪肺 100g
636. 猪肝 100g
637. 猪脾 100g
638. 猪胰 100g
639. 猪胆 100g
640. 猪胃 100g
641. 猪肠 100g
642. 猪肚 100g
643. 猪大肠 100g
644. 猪小肠 100g
645. 猪膀胱 100g
646. 猪肾 100g
647. 猪肺 100g
648. 猪肝 100g
649. 猪脾 100g
650. 猪胰 100g
651. 猪胆 100g
652. 猪胃 100g
653. 猪肠 100g
654. 猪肚 100g
655. 猪大肠 100g
656. 猪小肠 100g
657. 猪膀胱 100g
658. 猪肾 100g
659. 猪肺 100g
660. 猪肝 100g
661. 猪脾 100g
662. 猪胰 100g
663. 猪胆 100g
664. 猪胃 100g
665. 猪肠 100g
666. 猪肚 100g
667. 猪大肠 100g
668. 猪小肠 100g
669. 猪膀胱 100g
670. 猪肾 100g
671. 猪肺 100g
672. 猪肝 100g
673. 猪脾 100g
674. 猪胰 100g
675. 猪胆 100g
676. 猪胃 100g
677. 猪肠 100g
678. 猪肚 100g
679. 猪大肠 100g
680. 猪小肠 100g
681. 猪膀胱 100g
682. 猪肾 100g
683. 猪肺 100g
684. 猪肝 100g
685. 猪脾 100g
686. 猪胰 100g
687. 猪胆 100g
688. 猪胃 100g
689. 猪肠 100g
690. 猪肚 100g
691. 猪大肠 100g
692. 猪小肠 100g
693. 猪膀胱 100g
694. 猪肾 100g
695. 猪肺 100g
696. 猪肝 100g
697. 猪脾 100g
698. 猪胰 100g
699. 猪胆 100g
700. 猪胃 100g
701. 猪肠 100g
702. 猪肚 100g
703. 猪大肠 100g
704. 猪小肠 100g
705. 猪膀胱 100g
706. 猪肾 100g
707. 猪肺 100g
708. 猪肝 100g
709. 猪脾 100g
710. 猪胰 100g
711. 猪胆 100g
712. 猪胃 100g
713. 猪肠 100g
714. 猪肚 100g
715. 猪大肠 100g
716. 猪小肠 100g
717. 猪膀胱 100g
718. 猪肾 100g
719. 猪肺 100g
720. 猪肝 100g
721. 猪脾 100g
722. 猪胰 100g
723. 猪胆 100g
724. 猪胃 100g
725. 猪肠 100g
726. 猪肚 100g
727. 猪大肠 100g
728. 猪小肠 100g
729. 猪膀胱 100g
730. 猪肾 100g
731. 猪肺 100g
732. 猪肝 100g
733. 猪脾 100g
734. 猪胰 100g
735. 猪胆 100g
736. 猪胃 100g
737. 猪肠 100g
738. 猪肚 100g
739. 猪大肠 100g
740. 猪小肠 100g
741. 猪膀胱 100g
742. 猪肾 100g
743. 猪肺 100g
744. 猪肝 100g
745. 猪脾 100g
746. 猪胰 100g
747. 猪胆 100g
748. 猪胃 100g
749. 猪肠 100g
750. 猪肚 100g
751. 猪大肠 100g
752. 猪小肠 100g
753. 猪膀胱 100g
754. 猪肾 100g
755. 猪肺 100g
756. 猪肝 100g
757. 猪脾 100g
758. 猪胰 100g
759. 猪胆 100g
760. 猪胃 100g
761. 猪肠 100g
762. 猪肚 100g
763. 猪大肠 100g
764. 猪小肠 100g
765. 猪膀胱 100g
766. 猪肾 100g
767. 猪肺 100g
768. 猪肝 100g
769. 猪脾 100g
770. 猪胰 100g
771. 猪胆 100g
772. 猪胃 100g
773. 猪肠 100g
774. 猪肚 100g
775. 猪大肠 100g
776. 猪小肠 100g
777. 猪膀胱 100g
778. 猪肾 100g
779. 猪肺 100g
780. 猪肝 100g
781. 猪脾 100g
782. 猪胰 100g
783. 猪胆 100g
784. 猪胃 100g
785. 猪肠 100g
786. 猪肚 100g
787. 猪大肠 100g
788. 猪小肠 100g
789. 猪膀胱 100g
790. 猪肾 100g
791. 猪肺 100g
792. 猪肝 100g
793. 猪脾 100g
794. 猪胰 100g
795. 猪胆 100g
796. 猪胃 100g
797. 猪肠 100g
798. 猪肚 100g
799. 猪大肠 100g
800. 猪小肠 100g
801. 猪膀胱 100g
802. 猪肾 100g
803. 猪肺 100g
804. 猪肝 100g
805. 猪脾 100g
806. 猪胰 100g
807. 猪胆 100g
808. 猪胃 100g
809. 猪肠 100g
810. 猪肚 100g
811. 猪大肠 100g
812. 猪小肠 100g
813. 猪膀胱 100g
814. 猪肾 100g
815. 猪肺 100g
816. 猪肝 100g
817. 猪脾 100g
818. 猪胰 100g
819. 猪胆 100g
820. 猪胃 100g
821. 猪肠 100g
822. 猪肚 100g
823. 猪大肠 100g
824. 猪小肠 100g
825. 猪膀胱 100g
826. 猪肾 100g
827. 猪肺 100g
828. 猪肝 100g
829. 猪脾 100g
830. 猪胰 100g
831. 猪胆 100g
832. 猪胃 100g
833. 猪肠 100g
834. 猪肚 100g
835. 猪大肠 100g
836. 猪小肠 100g
837. 猪膀胱 100g
838. 猪肾 100g
839. 猪肺 100g
840. 猪肝 100g
841. 猪脾 100g
842. 猪胰 100g
843. 猪胆 100g
844. 猪胃 100g
845. 猪肠 100g
846. 猪肚 100g
847. 猪大肠 100g
848. 猪小肠 100g
849. 猪膀胱 100g
850. 猪肾 100g
851. 猪肺 100g
852. 猪肝 100g
853. 猪脾 100g
854. 猪胰 100g
855. 猪胆 100g
856. 猪胃 100g
857. 猪肠 100g
858. 猪肚 100g
859. 猪大肠 100g
860. 猪小肠 100g
861. 猪膀胱 100g
862. 猪肾 100g
863. 猪肺 100g
864. 猪肝 100g
865. 猪脾 100g
866. 猪胰 100g
867. 猪胆 100g
868. 猪胃 100g
869. 猪肠 100g
870. 猪肚 100g
871. 猪大肠 100g
872. 猪小肠 100g
873. 猪膀胱 100g
874. 猪肾 100g
875. 猪肺 100g
876. 猪肝 100g
877. 猪脾 100g
878. 猪胰 100g
87



菜谱 42

1. 将草莓洗净，去蒂，切成两半，放入搅拌机中，加入少许糖，搅打成草莓酱。

2. 将草莓酱倒入小杯中，放入新鲜草莓、薄荷叶、芒果片，挤上奶油即可。

材料：草莓 100g、糖 10g、薄荷叶 5g、芒果片 5g、奶油 10g。

做法：1. 将草莓洗净，去蒂，切成两半，放入搅拌机中，加入少许糖，搅打成草莓酱。2. 将草莓酱倒入小杯中，放入新鲜草莓、薄荷叶、芒果片，挤上奶油即可。

3. 将草莓酱倒入小杯中，放入新鲜草莓、薄荷叶、芒果片，挤上奶油即可。

4. 将草莓酱倒入小杯中，放入新鲜草莓、薄荷叶、芒果片，挤上奶油即可。

Process



将橙子洗净，放入锅中，加入适量水，煮至橙子变软即可。



菜譜 47

精選優質鮮魷，以特製
 香滑鮮味醬汁，配以
 新鮮檸檬汁，以特製
 香滑鮮味醬汁，配以
 新鮮檸檬汁，以特製
 香滑鮮味醬汁，配以
 新鮮檸檬汁，以特製

材料：
 鮮魷 1 條
 檸檬汁 1 茶匙
 香滑鮮味醬汁 1 茶匙

做法：
 1. 鮮魷切段，用特製
 香滑鮮味醬汁，配以
 新鮮檸檬汁，以特製

Process

