黃金海岸

◤材　料◢

馬鈴薯450公克、蛋3個、胡蘿蔔200公克、小黃瓜200公克、奶粉1大匙、沙拉適量、五彩巧克力粉少許。

◤調味料◢

鹽1/8小匙、白糖粉1大匙。

◤做　法◢

1. 將馬鈴薯與蛋煮熟。
2. 馬鈴薯去皮切丁，蛋白、蛋黃分開，蛋白、小黃瓜、胡蘿蔔切丁。
3. 將蛋白與馬鈴薯、調味料混合，加上胡蘿蔔、小黃瓜、奶粉、桔子肉、沙拉拌勻，灑上五彩巧克力粉少許即可。

步步高昇

桔汁子排

養生極品

五福臨門

芙蓉魚捲