



仙甜玉醴金盞盃

殿軍

金農田媽媽 (番薯姨)

材 料

南瓜600公克、山藥100公克、木耳10公克、紅棗20公克、枸杞20公克

調 味 料

冰糖50公克、熱開水600cc

做 法

1. 取6顆小南瓜洗淨，切掉1/3段，將中間挖空後備用。
2. 山藥洗淨削皮切小塊，木耳、紅棗、枸杞洗淨泡水備用。
3. 將冰糖50公克與熱開水600cc調勻糖水備用。
4. 將做法2的材料倒入中空的南瓜內，再加入糖水至九分滿，放進蒸鍋蒸約30分鐘即可取出擺盤。