



田園蔬果佐莎莎

人氣獎

芝農禧樂坊

材 料

牛番茄6顆、杏鮑菇300g、四季豆150g、紅蘿蔔50g、蘋果1顆、奇異果1顆、鳳梨片1罐

調 味 料

莎莎醬 番茄丁100g、鳳梨丁50g、檸檬汁半顆、洋蔥丁30g、蒜末20g、橄欖油1匙、鹽1/2匙、黑胡椒粒1/2匙、鳳梨汁1匙

做 法

1. 四季豆洗淨切段後，剖半去籽。
2. 杏鮑菇、四季豆、紅蘿蔔洗淨切絲川燙後，入冰水中泡至涼透，瀝乾備用。
3. 調味料充分拌勻做成莎莎醬，入冰箱冷藏1-2小時。
4. 牛番茄去蓋去籽，泡熱水去皮。
5. 蘋果、奇異果去皮後切丁，鳳梨片切成丁狀備用。
6. 牛番茄先加入做法5.之水果丁，再放入做法2.之三絲，最後淋上莎莎醬即可。