

滷味



食材



華人健康網







處理豆干器具



刨刀



塑膠盆



沾板



安全菜刀



剪刀

豆干處理方式

() 清洗

() 切片



處理高麗菜器具



刨刀



塑膠盆



沾板



安全菜刀



剪刀

高麗菜處理方式

() 剝小塊

() 清洗

() 剝片



處理甜不辣器具



刨刀



塑膠盆



沾板



安全菜刀



剪刀

甜不辣處理方式

() 切條

() 清洗



處理米血糕器具



刨刀



塑膠盆



沾板



安全菜刀



剪刀

米血糕處理方式

()切條

()清洗



處理魚板器具



刨刀



塑膠盆



沾板



安全菜刀



剪刀

魚板處理方式

()切片

()清洗



處理蔥器具



刨刀



鋼碗



沾板



安全菜刀



剪刀

蔥處理方式

() 剪株

() 清洗



烹調工具



平底鍋



鍋鏟



湯鍋



漏勺

烹調步驟

1. 滷包、醬油、糖加入水，煮開。
2. 食材全部切塊倒入步驟 1 的滷汁，小火煮到入味即可。

滷味

工具	數量	作用
	1	蔥
	1	蔥
	2	1. 豆干、米血糕 2. 魚板、甜不辣
	1	豆干、米血糕 魚板、甜不辣
	1	豆干、米血糕 魚板、甜不辣
	1	1. 清洗用 2. 放高麗菜用