



羅宋湯

羅宋湯

材 料：高麗菜1/4(小)顆、蕃茄(紅透的)3顆、玉米粒1大匙、蘋果1/2顆、小黃瓜1條、洋菇數朵、安佳奶油3大匙、蕃茄醬2大匙、素肉醬2大匙。

調味料：鹽1/2大匙、冰糖少許(不用加味精)

作 法：

1. 高麗菜切末蕃茄切丁，洋菇切丁，小黃瓜切丁，蘋果切丁，洋菇切丁。
2. 起油鍋(加入奶油3大匙)，等待融化後，加入高麗菜炒軟，倒入小型湯鍋中，加水至7分滿再加入、蕃茄丁、洋菇丁、小黃瓜丁、蘋果丁、素肉醬，及調味料，蕃茄醬等材料後加蓋用小火悶煮30分鐘。上桌前再加入少許奶油會更香。