

油醋臺灣藜沙拉

材料 / 數量

臺灣藜	10公克
水煮蛋	2顆
馬齒莧	30公克
小黃瓜	1條
玉米筍	3條
紅椒	半顆
黃椒	半顆
羅美菜	1顆
西洋芹	50公克
小蕃茄	10顆
紫色高麗菜	50公克

調味料

橄欖油	15毫升
紅酒醋	15毫升
檸檬汁	30毫升
鳳梨醋	30毫
二砂糖	5公克
開水	30毫升



製作方法

1. 臺灣藜洗淨加少許水量(約20毫升)入電鍋蒸熟，外鍋約半杯水，跳起後待冷卻時，將臺灣藜用筷子鬆開(勿成糰狀)備用。
2. 調味料加入臺灣藜拌勻。
3. 所有食材洗淨瀝乾水份切片(絲)，擺盤後淋上調味料即可。

