

米藜一家親

鹿野地區農會 田媽媽正一茶園餐坊提供

材料 / 數量 以單人份・公制單位計算

小米	30公克
糯米	20公克
臺灣藜	10公克
豬肉	10公克
香菇	1朵
菜脯	2公克
棉繩	1條
野薑花葉	2片

調味料

醬油	1/2茶匙
糖	1/2茶匙
沙拉油	1/2茶匙

製作方法

1. 將小米、糯米及臺灣藜邊炒邊加水炒至5分熟備用。
2. 豬肉香菇菜脯炒香調味。
3. 將餡料包入米中，用野薑花葉包好，放入蒸籠大火蒸30分鐘。

