

菜名：黃金什蔬



材料：(四人份)

食材名	份量
大白菜	240 公克
杏鮑菇頭	32 公克
披薩絲	60 公克
金針菇	32 公克
青花菜	40 公克
低脂奶	80 c.c
巴西里	少許

做法：

1. 杏鮑菇、金針菇、青花菜切小丁、段、小朵後備用，並過水和炒熟。
2. 另起油鍋炒白菜、杏鮑菇、金針菇，瀝乾，再炒麵糊，並加入牛奶。
3. 將 1.2 裝入小的焗烤盤，並鋪上披薩絲。
4. 放入烤箱 220 度，預熱 15 分烤 5 分。
5. 最後灑上巴西里即完成。