



飲食文學

青菜豆腐雞肉蛋花湯

普二乙 13 黃子馨

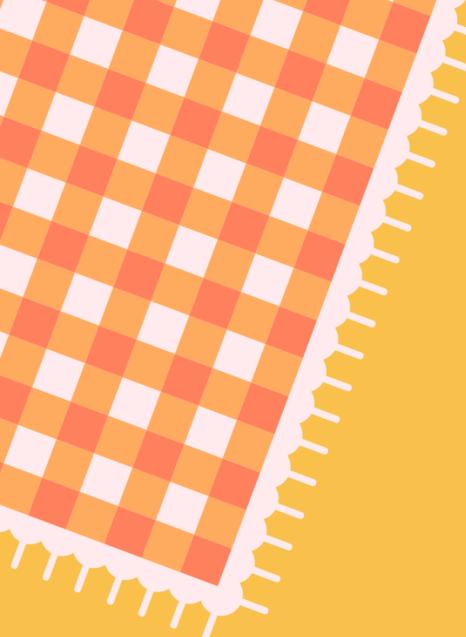
材料

- 菠菜
- 豆腐
- 雞蛋
- 雞里肌

調味料

- 少許鹽
- 少許昆布高湯





做法

- 昆布高湯加一鍋水煮滾
 - 將豆腐和雞里肌切成小塊，並放入鍋中
 - 煮滾後，將菠菜洗淨切段，並放入鍋中
 - 將蛋打散，並放入鍋中
 - 最後加入少許鹽巴
- 

詩

眼前這碗熱騰騰的蛋花湯

總是令人感到暖心

一口接著一口的

是媽媽熬煮時的用心及愛意

青菜豆腐雞肉蛋花湯

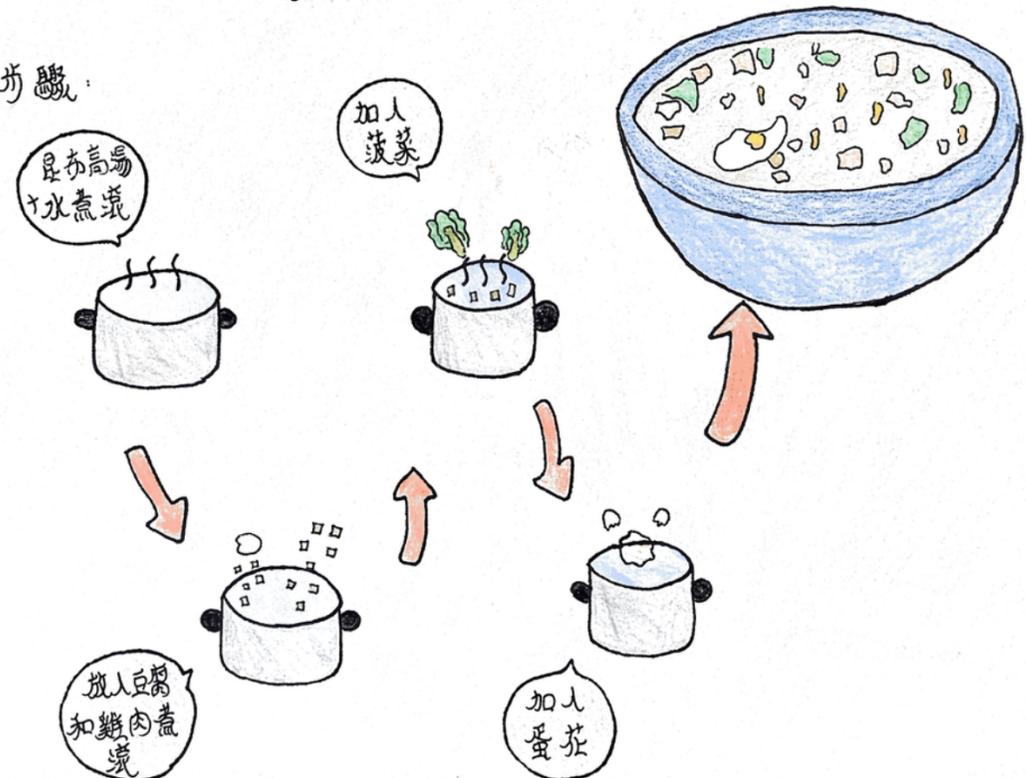
材料 · 菠菜 → 
豆腐 → 
雞蛋 → 
雞里肌肉 → 

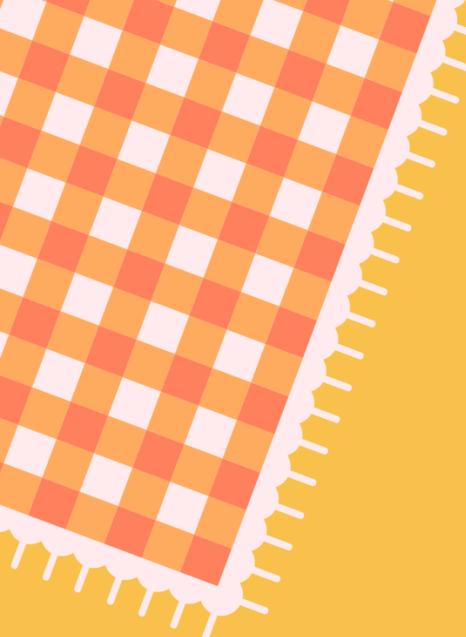
調味料 · 少許鹽
少許昆布高湯

備料 · 菠菜洗淨切段
豆腐切塊
雞蛋打散
雞里肌切丁

詩
眼前這碗熱騰騰的蛋花湯
總是令人感到暖心
一口接著一口
是媽媽熬煮時的用心及愛意

步驟：





與個人的連結

- 起初，這道料理是在不知不覺中發明出來的。第一次品嚐到這道料理時，是因為夜輔剛下課，回到家時已精疲力盡，卻還有許多功課要完成。於是，我的媽媽就發明了這道料理。



謝謝大家