

## 《自家製蘿蔔糕食譜》

材料：

白蘿蔔 2100 克(3 斤半)  
(1600 克刨蓉,500 克刨絲)

粘米粉 300 克

澄麵粉 30 克



餡料：

冬菇 8 隻(浸軟切粒，拌入 2 茶匙生抽及半茶匙糖)

臘腸 2 條(切粒)

瑤柱 2 粒(浸軟成瑤柱絲)

蝦米 50 克

調味料：

鹽 2 茶匙

糖 1 茶匙半

胡椒粉 1 茶匙

蠔油 2 湯匙

做法：

1) 餡料放入已預熱達 200 度的水波爐內，以 convection 200 度烤 6 分鐘，備用。



2) 蘿蔔絲及蓉放入玻璃盤內，選喜好溫度 90 加熱，完成取出將蘿蔔絲及蓉拌勻，再以 900 微波調理 2 分鐘(2 次)，每次將蘿蔔絲取出攪拌片刻，可令蘿蔔平均受熱。(不同的器皿加熱的時間或有少許差異，可視乎情況將加熱時間有所增減)



3) 蘿蔔完成加熱後，順序加入調味料、粉類及餡料拌勻。



4) 蘿蔔糕以純蒸氣蒸 75 分鐘即成。(水波爐預設蒸煮時間為 25 分鐘，25 分鐘後水箱須加水，而水箱是外置的，不須打開爐門取水箱，所以溫度不會流失，只須於 25 分鐘後加水及加時即可~)

