

使用  
新鮮雞蛋

和您的孩子共度歡樂時光

# 裙帶菜茶碗蒸！



**Japan Egg Export Committee**

日本雞蛋輸出部會 [事務局 一般社団法人日本養雞協會內]

<http://jlec-pr.jp/egg/>

## 裙帶菜茶碗蒸

材料：(4人份)

雞蛋 4顆

A 高湯 4杯

■ 鹽 2/3小匙

■ 薄鹽醬油 1小匙

雞胸肉 6條：切薄片

裙帶菜(泡開) 150g

三葉芹 4根：切成2公分長度

## 做 法

- ①打蛋，倒入調味料 A 後過篩。
- ②在容器中放入雞胸肉、裙帶菜、三葉芹後將 1 倒入，放入冒蒸氣的蒸籠以大火蒸 3 分鐘，再以小火蒸 10 分鐘。