

文：徐麗萍

夜香花冬瓜湯

功能：消暑、明目、湯味清香可口。

材料：夜香花(夜來香) 4 兩

青皮冬瓜 1 斤

冬菇 6 朵

小元貝半兩

豬枚肉半斤

製法：

1. 冬菇用清水浸軟切粗粒；
2. 小元貝洗淨用清水浸透撕開；
3. 冬瓜去皮切粗粒；
4. 夜香花用水洗淨；
5. 豬枚肉洗淨切粗粒，加少許鹽、油、生粉拌勻醃約半小時；
6. 用適量水加入冬菇、元貝、豬肉、冬瓜，猛火煲滾轉中火煲約1小時，再加入夜香花，煲5至7分鐘，調味即可享用。

