

# 清潤糖水

## 椰汁燉鮮奶 文：徐麗萍

### 材料（兩碗份量）：

1. 椰汁 50 ml
2. 鮮奶 250 ml
3. 幼砂糖 40克（約一湯匙半）
4. 蛋白 60 ml（約兩隻大雞蛋蛋白）

**功效：**清心潤肺，滋補養顏

### 製法：

1. 將幼砂糖加入蛋白(不要蛋黃)中，用攪蛋器攪勻，至所有的砂糖溶化，再加入鮮奶、椰汁拌勻；
2. 用茶葉格子過濾後，分別倒入兩個碗子內；
3. 用錫紙或微波爐保鮮紙蓋著碗面；
4. 在蒸鍋加入水，把水煲滾，再把碗子放入蒸鍋；
5. 把火轉至中火，蒸15分鐘左右，便成一碗清甜味香的椰汁燉鮮奶。

