



附件

【蔬果酸辣醬】

一、材料：

(一) 原料：

牛蕃茄 2 個 330 公克、黃甜檸檬 1 顆、小蘋果 1 顆、蒜頭 1 顆、辣椒 1 根

(二) 調味料：

味霖 100 毫升、糯米粉 3 匙、白味噌 2 匙、紅麴 2 匙

二、作法：

(一) 將牛蕃茄去皮，黃甜檸檬榨成汁備用。

(二) 所有原料及調味料用調理機打碎後，放入鍋內以小火煮開成稠狀即可食用。

三、營養分析(每 10 公克):

品項	熱量(大卡)	鈉(毫克)
蔬果酸辣醬	10	21
市售甜辣醬	11~14	123~380

