

豐原志工才藝教室：涼拌小黃瓜

阿英姐私房菜之清清爽爽

材料：

小黃瓜 1斤、蒜頭 5粒、紅辣椒 1條

調味料：

鹽 2小匙

糖、烏醋、香油(各2大匙)

作法：

先將小黃瓜拍破切段，

用鹽醃2小時後用冰開水洗淨。

再放蒜末、辣椒、糖、烏醋、香油

醃一天即可食用。

