腐乳蒜香青江菜

約 15 分鐘・2 人份



食材

- 小青江菜 350 克，洗淨並縱向對切
- 天府蒜油腐乳 1 塊
- 蒜頭 3 瓣切片；食用油 1 大匙
- 水 3 大匙

做法

1. 腐乳與水壓拌成滑順醬汁。
2. 寬口鍋熱油，蒜片略炒出香氣，青江菜切面朝下放入，煎炒 2 分鐘。
3. 加入醬汁，加蓋煮 3–4 分鐘至熟軟，輕輕翻動裹上醬汁即可。

醬料用量與辣度可依個人口味調整。

使用天府產品



蒜油腐乳-非基改黃豆

180g / 6oz.

料理時間僅供參考；食材與過敏原資訊請以各產品標示為準。