

鮭魚與豆苗炒飯

鮭魚與豆苗炒飯是一道營養豐富、色香味俱全的佳餚。這道菜以新鮮的鮭魚和翠綠的豆苗為主料，搭配上香滑的炒飯，口感鮮美，營養均衡。以下將為您介紹這道菜的製作方法和所需材料。



材料：

- 鮭魚 (300g)
- 豆苗 (4-5)
- 青蔥
- (A) 鹽 30g
- (A) 胡椒粉
- (A) 蠔油
- (B) 鹽 1
- (B) 胡椒粉 1
- (B) 蠔油 1
- (B) 鹽 1
- (B) 胡椒粉 1
- (B) 蠔油 1

做法：

1. 鮭魚切成厚片，用鹽、胡椒粉和蠔油醃製 10 分鐘。
2. 豆苗洗淨，切去根部，切成 2cm 長。
3. 青蔥切段。
4. 炒飯：將炒好的飯與鮭魚、豆苗和青蔥一起炒勻即可。

