

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□ (*^o^*)

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ (□>~<□)

□□□□□♥□□□□□□♥□□□□□□□□□□□□♥

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ (*⁰ ▽ ⁰*) □□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□□□
□□□□□□cm□□ (120g)
□□□□□□□□□□□□□□□□□□g
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□g
□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□





1. 将处理好的蔬菜放入搅拌机中，加入适量的水，搅打成细腻的泥状。
 2. 将搅打好的蔬菜泥通过筛网过滤，滤去其中的纤维，使汤汁更加顺滑。



3. 将切好的蔬菜放入锅中，加入适量的油，翻炒均匀即可。



白蘿蔔
白蘿蔔切絲



白蘿蔔

白蘿蔔切絲 100g 白蘿蔔切絲 100g NG 白蘿蔔切絲 100g 白蘿蔔切絲 100g

白蘿蔔切絲 100g 白蘿蔔切絲 100g 白蘿蔔切絲 100g