



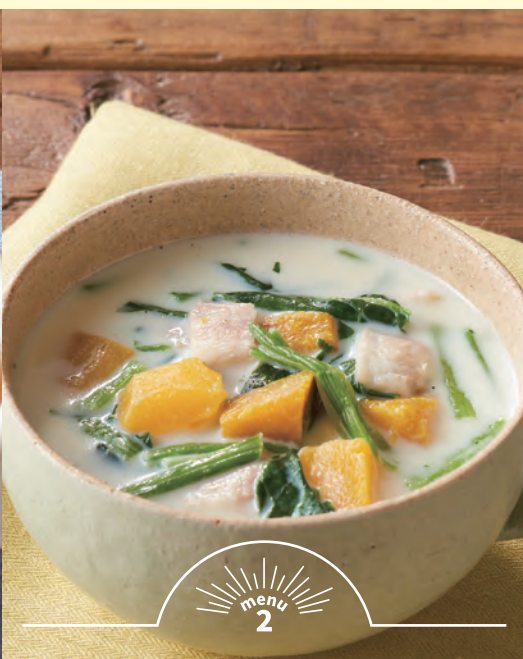
menu
1

日本蘑菇豆腐湯

需要事前準備的材料

水

※需要準備基本調味料



menu
2

南瓜菠菜牛奶湯

需要事前準備的材料

水、牛奶



menu
3

枝豆粟米蛋花湯

需要事前準備的材料

水、生雞蛋、麻油

Menu 3

枝豆粟米蛋花湯

事先準備
無

材料包所附有的食材

沒有豆莢 去皮枝豆	50g
清甜粟米粒	50g
中華湯料	1袋

需要事前準備的材料

水	500cc
生雞蛋	1隻
麻油	1/3茶匙

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



請自行準備雞蛋。

1 煮沸食材

在單手鍋中加入雞蛋和麻油以外的所有食材，開大火加熱。在小碟中將雞蛋打散。



2 完成

煮沸後，加入已打散的蛋液。在大火下靜待10秒，用筷子攪拌後關火。加上麻油後，裝碗即可食用。



ECO friendly

Kit Oisix的包裝使用植物來源塑料(生物塑料)製成。

※食材將會於冷凍狀態下送貨。

※為簡化烹飪過程及削減資源，菜單內的冷凍蔬菜將有機會統合成一袋送上。

Have
a
nice day!

Menu 1

日本蘑菇豆腐湯

事先準備

•無

材料包所附有的食材

冷凍日本國產混合蘑菇	1袋
豆腐粒	40g
無添加化學調味料 萬能濃縮麵汁	2袋

需要事前準備的材料

水	450cc
---	-------

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



1 煮沸食材

在單手鍋中加入蘑菇、豆腐和水，開大火加熱。煮沸後轉小火煮3分鐘。



2 完成

加入萬能濃縮麵汁，微微煮沸後關火。裝碗即可食用。



Have
a
nice day!

Menu 2

南瓜菠菜牛奶湯

事先準備

•將白汁以流水解凍

材料包所附有的食材

無鹽煙肉	1袋
切塊南瓜	60g
已切菠菜	40g
無添加化學調味料 白汁	1袋
無添加化學調味料 法式清雞湯料	1袋

需要事前準備的材料

水	200cc
牛奶	400cc

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



1 煮沸食材

用剪刀等把煙肉切1cm幅後放入單手鍋，再加上南瓜、法式清雞湯料和水，開大火加熱。煮沸後轉中火，蓋上鍋蓋煮3分鐘。



2 完成

加入菠菜、解凍後的白汁和牛奶攪拌均勻，再度開大火加熱。在臨近煮沸前關火（注意避免滾瀉！），裝碗後即可食用。



Have
a
nice day!

※食材將會於冷凍狀態下送貨。

※為簡化烹飪過程及削減資源，菜單內的冷凍蔬菜將有機會合成一袋送上。