



menu 1

西式蝦乾蔬菜湯

需要事前準備的材料

水、牛奶

※需要準備基本調味料



menu 2

中式翡翠青豆湯

需要事前準備的材料

水



menu 3

綿綿牛油香南瓜湯

需要事前準備的材料

水

Menu 3

綿綿牛油香南瓜湯

事先準備

將已隔渣南瓜蓉以流水解凍

材料包所附有的食料

濃湯用 已隔渣南瓜蓉	1袋
切塊南瓜	80g
無添加化學調味料 萬能濃縮麵汁	1袋

需要事前準備的材料

水	400cc
---	-------

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



1 將南瓜蓉和水混合

在單手鍋中加入解凍後的南瓜蓉，開中小火加熱。一邊逐少加入水一邊攪拌均勻。



2 完成

在鍋中加入餘下的所有食材，以中大火加熱。在臨近煮沸前轉小火，為免煮焦，一邊攪拌一邊煮約5分鐘。煮好後，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

西式蝦乾蔬菜湯

事先準備

- 將白汁以流水解凍

材料包所附有的食材

無着色蝦乾	1袋
5款色彩鮮豔粒粒蔬菜 (翠玉瓜,黃椒,紅椒,洋蔥,紅蘿蔔)	100g
無添加化學調味料 白汁	1袋
蕃茄湯料	1袋

需要事前準備的材料

水	250cc
牛奶	200cc

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



1 將白汁和水混合

在單手鍋中加入解凍後的白汁,開中小火加熱。一邊逐少加入水一邊攪拌均勻。



2 完成

在鍋中加入餘下的所有食材,以中大火加熱。在臨近煮沸前轉小火,為免煮焦,一邊攪拌一邊煮約3分鐘。煮好後,裝碗即可食用。



Have
a
nice day!

Menu 2

中式翡翠青豆湯

事先準備

- 無

材料包所附有的食材

甜青豆	60g
沒有豆莢 去皮枝豆	40g
中華湯料	1袋

需要事前準備的材料

水	550cc
---	-------

需要廚具→單手鍋

材料包附有的食料



1 煮沸食材

在單手鍋中加入所有食材,開大火加熱。煮沸後轉小火,無須蓋上鍋蓋煮2-3分鐘。



2 完成

關火後,裝碗即可食用。



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。