

美味薯茸

(Delicious Mashed Potatoes)

材料：

馬鈴薯（薯仔） 2 個（1 斤）
淡奶 2 湯匙
植物牛油 25 克

調味料：

鹽 1 茶匙
胡椒粉 少許

配料：

吞拿魚 半罐
粟米粒 4 湯匙

製法：

1. 將馬鈴薯洗淨、去皮，切片、切條、切粒。
2. 加入適量清水煮至熟透（約 15 分鐘）。
3. 薯仔熟後隔去水份，用壓薯茸器將馬鈴薯壓成薯茸。
4. 加入植物牛油、淡奶、調味料及配料拌勻。
5. 將薯茸放在碟上趁熱進食。