配料

**芙蓉蛋**

**豆芽50克**

**叉烧肉50克**

**虾仁50—70克**

**韭黄2根**

**鸡蛋2个**

**盐2克**

**玉米淀粉10克**

**水20克**

**白胡椒粉2克**

**特殊说明：**

材料为一人份

**做 法**

豆芽掐去两头。洗净。

叉烧肉切丝。没有叉烧肉换成其他火腿肉。

韭黄切段。

虾仁去虾线洗净，放点盐和胡椒粉抓匀。

做一锅水，水开放豆芽焯水半分钟。

再放入虾仁烫一下即可。

然后把二者捞出备用。

磕两个鸡蛋，里边放盐、白胡椒粉打散，再放入水淀粉（10克淀粉加20克水拌匀）

把提前处理好的材料都放进蛋液。韭黄、虾仁、叉烧肉、豆芽。拌匀。

开中火把锅烧热，放入适量油，把蛋液和材料一起倒进去，转小火煎。

底部定型后翻面再煎一下。

另一面也凝固定型，再翻过来，这样就可以出锅了。

铺在米饭上即可。

开吃吧，太好吃了！