

凉拌黑木耳

@Sharon (洛杉矶灵粮堂, Torrance, CA)

材料：

1. 东北压缩黑木耳 2 小包 (2 oz)
2. 嫩姜细丝 1 杯 (或姜末 1.5 大匙)
3. 酱汁：味醂 1/2 杯、米曲酱 1.5 大匙、苹果醋 2 小匙、麻油 1 小匙 (份量可依喜好加减)

步骤：

1. 黑木耳先用水泡软，沥干。
2. 若有嫩姜最好，切细丝 1 杯，若无嫩姜，可用一般的老姜，切成姜末 1.5 大匙备用。
3. 起半锅水煮开，将泡软的黑木耳放入，煮 5~10 分钟，拿出沥干，放在碗中。
4. 将味醂、米曲、苹果醋、麻油，放在另一碗中调匀，若是用姜末，亦在此时加入调匀。
5. 若用嫩姜丝，直接放在煮好的黑木耳上，再将调好的酱汁淋在木耳上，趁热拌匀。
6. 可马上食用，但若能让酱汁多腌半天，会更入味。



注：米麴酱是一种日本特有的酱料，可在日本超市购买，或买材料自己做，它的味道会比盐更有层次，若不方便买到或自制，可用盐代替 (约 3/4 小匙，斟酌加减)。
凉拌海带亦可用同样的酱汁，亦十分好吃。