

桑寄生蓮子蛋茶

譚鄭瑛玲著

材料：桑寄生枝葉茶	100 克
蓮子	100 克
冰糖	200 克
雞心紅棗	20 粒
雞蛋	6 隻

- 做法：1. 蓮子去心。紅棗去核。雞蛋煮熟去殼。
2. 洗淨桑寄生枝葉，放入一個布袋內。
3. 注 6 量杯水入煲中，加入桑寄生袋，蓮子，紅棗，煮約 40 分鐘。
4. 加入雞蛋，煮約 10 分鐘至蛋呈深茶色。
5. 從煲中取出桑寄生袋，加入冰糖，煮至溶化，即可供食。