

海底椰合掌瓜湯

譚鄭瑛玲著

材料：合掌瓜	1 個, 約 1 磅
海底椰	5 錢, 浸片刻
南北杏	3 湯匙, 沖洗
無花果	2 個, 洗淨切對開
蜜棗	2 粒
陳皮	1 角, 浸透去瓢
豬腱肉	1/2 磅, 用鹽醃一天, 拖水
清水	10 量杯

做法：注水入煲中，加入南北杏,無花果,蜜棗,陳皮，煮滾，再加入豬腱,海底椰,合掌瓜，煮約半小時，再慢火煮一小時半，落適量鹽調味，即可供食。