



## Cải ngồng nấm hương sốt dầu hào bào ngư

### Nguyên Liệu

- 250 g Cải Ngồng
- 15 g Nấm, nấm hương, khô
- 1 g Muối
- 10 ml Dầu Ăn
- 5 g Tỏi xay
- 20 g Maggi Dầu hào bào ngư
- 40 ml Nước
- 300 mg Tiêu xay
- 500 mg Bột Bắp

### Nấu Ngay

1. Luộc sơ, cải ngồng và nấm đông cô với muối. Vớt ra để ráo
2. Xào cải ngồng, nấm với tỏi và dầu ăn cho thơm
3. Nêm dầu hào bào ngư, tiêu xay, nước lọc cho vừa ăn
4. Để cải xào vào đĩa. Dùng nóng

#### dinh dưỡng

Carbohydrate	31.95 g
Năng lượng	26678.21 kcal
Chất béo	3002.2 g
Chất đạm	5.53 g

🕒 15 phút

⊕ 1 người ăn