

全城減鹽減糖！添好運、富嘉閣、百樂潮州率先帶領設計健康新菜式



由食物及衛生局、食物環境衛生署食物安全中心、降低食物中鹽和糖委員會主辦嘅《少鹽、少糖、少·確幸》已經展開，希望向全港推廣減鹽、減糖新飲食文化，從而達至健康飲食、幸福人生。活動至今已經有超過 500 間唔同類型嘅食肆響應，另外約 70 間食肆更陸續推出特選減鹽減糖菜式，畀大家多一個健康選擇。率先帶領活動嘅幾間餐廳真係落盡心思去設計各款減鹽減糖菜式，一齊睇下佢地為大家準備咗咩健康又美味嘅菜式啦！

富嘉閣

富嘉閣老闆兼大廚李文基師傅一直都非常支持健康飲食，今次參加活動設計咗 3 款菜式之餘，仲自發推出一整個少鹽少糖菜單，希望顧客有更多滋味健康選擇。



菜式一：合桃五秀炒雞球

「五秀」係指白果、雲耳、蓮藕、百合、鮮淮山，全部都係口感爽脆又健康嘅蔬菜。而呢道菜所採用嘅合桃不經油炸，配煎香過嘅走地雞一齊炒，唔需要落糖已經鮮味十足。



菜式二：紫菜鮮菌魚滑湯窩

呢道菜比以往減少 2 成鹽，秘訣在於鮮菌同製作魚滑嘅鯪魚肉夠新鮮，加入上佳紫菜更有助提鮮，令成道菜鮮甜入味。食呢道紫菜鮮菌魚滑湯窩絕對係健康之選。



菜時三：金銀蛋浸蘿蔔

第三道菜式係無落鹽同油都夠晒鹹香可口嘅金銀蛋浸蘿蔔。全靠鹹蛋本身鹹味同蛋黃中嘅少量黃油，再加入皮蛋同蛋白，放喺精選鮮甜靚蘿蔔上面，成道菜已經足夠鮮香，男女老幼都一定鍾意食。

