

## 【鼓勵健康飲食文化】四間少鹽少糖港式餐廳推介

一提起港式餐廳，都會諗起乾炒牛河、沙嗲牛麵、西多士等傳統美食，所以唔少人對港式餐廳嘅印象都係重口味及油膩，一啲注重健康嘅人士更會避之則吉。但其實香港本地餐廳都有供應少鹽少糖菜式，位置遍佈全港，今次搵咗四間參與咗少鹽少糖食店計劃嘅港式餐廳介紹畀大家，希望大家支持本地飲食文化之餘更食得健康啲。仲有呀，呢啲少鹽少糖菜式唔少都可以打破大家對本地餐廳食物嘅樣板式倒模印象！

### 翠華餐廳

#### 未來肉碎煎蛋飯

採用純植物成份嘅 Omnipork 新豬肉代替免治豬肉，比傳統豬肉更少鹽分，其獨有純素蛋白質配方主要來自豌豆、非基改大豆、冬菇及米。大廚將白菌粒、甘筍粒、西芹粒、香草等炒香後，加入新鮮番茄及茄茸煮成汁，再加上新豬肉燴煮成濃郁醬料，配上流心煎蛋及肉碎拌勻後撈飯食，一樣咁惹味同埋更加健康！



### 冰鎮秋葵或芥蘭(配芥辣豉油)

秋葵或芥蘭只用滾水灼熟，之後浸冰水幾分鐘，瀝乾水後即可上碟，煮食過程中完全無用鹽糖等調味料。客人可根據喜好減少或避免蘸點醬油以減少鹽分吸收。

