Các món chay đ□□c ch□ bi□n t□ nhi□u lo□i rau c□ s□ mang l□i m□t b□a c□m "thanh" nh□ng không "đ□m b□c", ngon mi□ng và đ□ d□□ng ch□t cho c□ nhà.

Bông c□i, đ□u cô-ve xào n□□c c□t d□a

Thêm rau c□ cho b□a ăn, □m th□c, Bông c□i, đ□u cô-ve xào, n□□c c□t d□a, Chè h□nh nhân, M□m chay, Canh rong bi□n, đ□u hũ n□u n□m

Nguyên li□u:

150g bông c□i tr□ng, 150g bông c□i xanh, 100g đ□u cô-ve, 1/2 c□ c□ r□t, 100g n□m nút t□□i, 200g d□a bào, 1 thìa cà phê h□t nêm, 1 thìa cà phê đ□□ng, 1 thìa cà phê mu□i, 1/2 thìa cà phê tiêu, 2 thìa súp d□u ăn.

Th□c hi□n:

Bông c□i xanh và tr□ng r□a s□ch, c□t nh□.

Đ□u cô-ve t□□c x□, c□t khúc xéo dài kho□ng 5-7cm. Cà r□t bào v□, t□a hoa, c□t lát tròn. T□t c□ lu□c s□, v□t ra đ□ ráo.

N□m nút c□t g□c, r□a qua n□□c mu□i loãng.

D□a n□o v□t l□y n□□c c□t.

Làm nóng d□u trong ch□o, cho n□m nút vào đ□o s□, cho bông c□i, cà r□t, đ□u cô-ve vào đ□o đ□u, cho n□□c c□t d□a vào, xóc đ□u, nêm mu□i, đ□□ng, h□t nêm v□a ăn.

Cho bông c□i, đ□u cô-ve xào n□□c c□t d□a ra đĩa, dùng kèm v□i c□m.

Rau c□ mu□n gi□ màu đ□p, sau khi tr□ng qua n□□c sôi v□t ra ngâm ngay vào n□□c đá l□nh. Dùng d□a bào v□t l□y n□□c c□t s□ ngon h□n c□t d□a h□p.

Canh rong bi□n, đ□u hũ n□u n□m

[illegible] Chè h□nh [illegible]