

賀年嘆健康中菜 傳統、新派口味 3 選

團拜、開年飯食咩好？中菜基本上走唔甩，分分鐘食好幾餐嘍。不過外出用膳好容易攝取過多鹽同糖分，有損身體健康，所以不妨揀選參加咗「少鹽少糖食店計劃」嘅餐廳，佢哋會提供少鹽少糖菜式選擇畀大家平衡返，好似呢 3 間中菜館就提供少鹽少糖菜式，佢哋分別走傳統或新派風格，睇吓邊間啱你心水啦～

CaN LaH



清炒雜菜

食小炒不如揀「清炒雜菜」，椰菜、圓茄、荷蘭豆、蘿蔔、草菇同細粟米都新鮮清甜，呢個減鹽減油版更加健康，口感仲好豐富嘍。



柚子沙律

呢道菜參考泰式嘅沙律，以充滿果甜嘅柚子肉做主角，配上脆口腰果、檸檬汁同少量糖，酸爽醒胃，好啱做餐前小食。



肉骨湯蠔仔泡飯

鮮味泡飯以自家熬煮嘅肉骨湯為基底，加入鹹鮮嘅蠔仔、豬肉碎同米飯，略略加少許鹽同糖提鮮，再拌勻蔥花、薑絲，層次豐富、回味無窮。

