

## 白菜饺子和翡翠饺子



### 菠菜面团做法

- 1、菠菜清洗干净；
- 2、放在加入盐和油的开水中焯一下。盐和油的比例：盐 1 克，油 5 克。这样做的目的是为了  
让菠菜颜色更好看；
- 3、焯好水的菠菜放入冷水中；
- 4、放凉后切成三厘米的小段；
- 5、放入搅拌机中，加少许的水，搅拌一分钟；
- 6、然后过滤；
- 7、过滤好的菠菜汁；
- 8、取 115 克菠菜汁加入 250 克面粉和成面团；

