



有病制作

我滿懷惡意的！ 有病解謎

- 英雄的殘響 -

試玩列印體驗版

書籤x1、食譜x1、沙漏介紹x1
神秘的信紙x1、碎片x8

加入解謎小隊社團和大家一起討論

FB搜尋：有病解謎小隊試煉集結點





材料	
豬五花肉	300克
馬鈴薯(大)	3顆
紅蘿蔔丁	1根
洋蔥丁	1顆
咖哩塊	100克
水	800毫升

無敵開胃 豬肉咖哩 (四人份)

濃厚印度風味的咖哩，搭配入味的鮮嫩豬肉
任何再挑嘴的小朋友，都會全部吃光光！

晚餐吃這個♡



01

豬肉切約2~3公分小片
(小提醒：馬鈴薯比胡蘿蔔大一點口感較好)

02

鍋熱放一小匙油炒豬肉
炒到肉變白色再放洋蔥，
炒到洋蔥有些透明

03

把馬鈴薯切成一塊一塊，
放進去鍋子裡攪拌，
把紅蘿蔔丁放下去煮

04

加入水和咖哩塊煮至咖
哩塊融化，將表面浮末
撈出轉小火慢煮到馬鈴
薯和紅蘿蔔軟了即可

讚到孩子轉大人的菠菜老師烹飪教室 4



材料	
豬五花肉	200克
馬鈴薯(大)	4顆
紅蘿蔔(小)	1根
洋蔥(中)	1顆
和風醬油	3大匙
酒	2大匙
味霖or糖	1/2大匙
水	600毫升

幸福味道 馬鈴薯燉肉 (四人份)

最幸福的家常菜！每一個媽媽都要會的拿手絕活！
抓住家人的胃，從燉肉開始吧！

01

紅蘿蔔、馬鈴薯削皮後
切大塊，豬肉切塊狀方
便入口

02

鍋熱放1小匙的油，爆
香洋蔥

03

直到洋蔥透明有點金黃
後加入豬肉、馬鈴薯和
紅蘿蔔拌炒

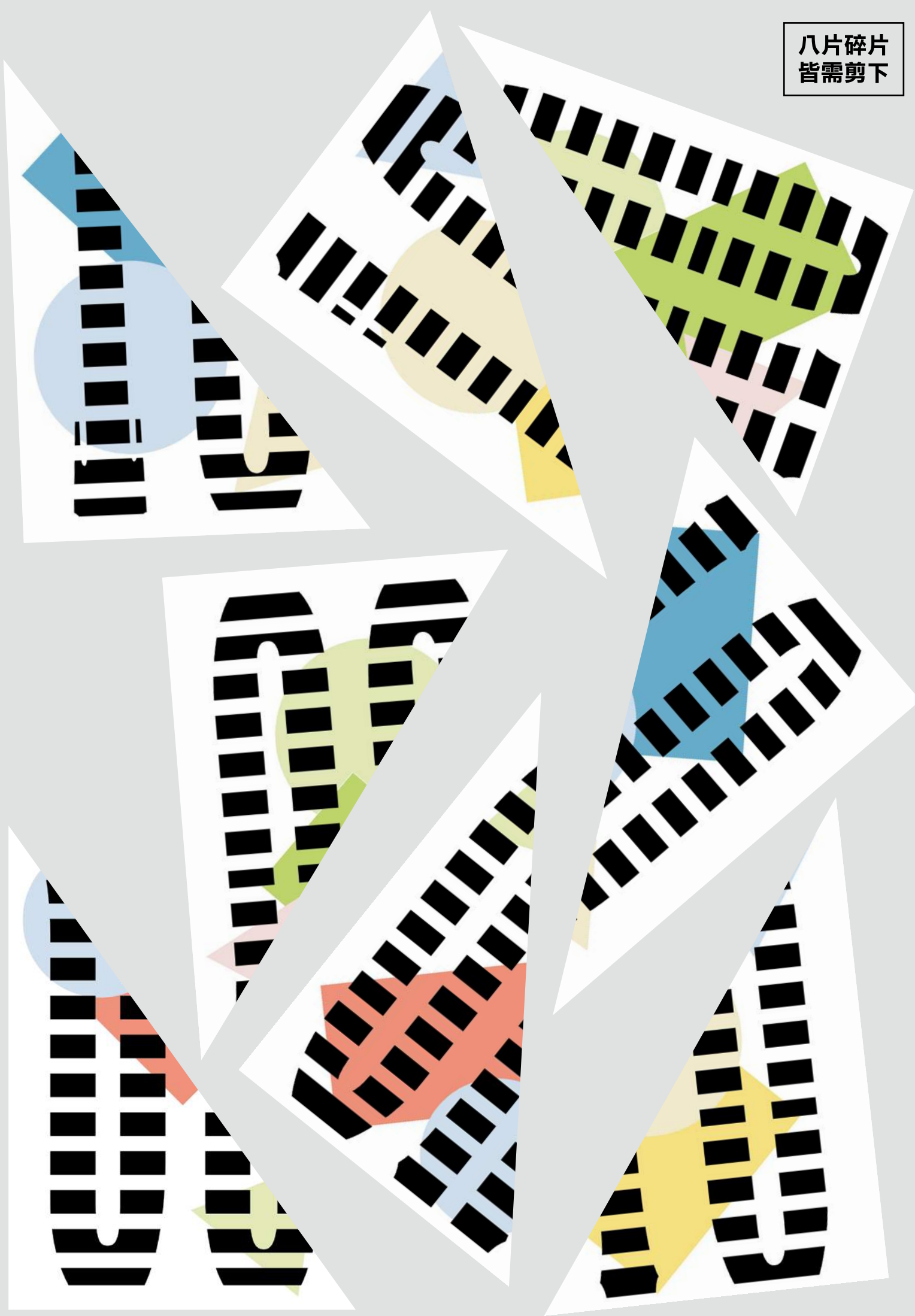
04

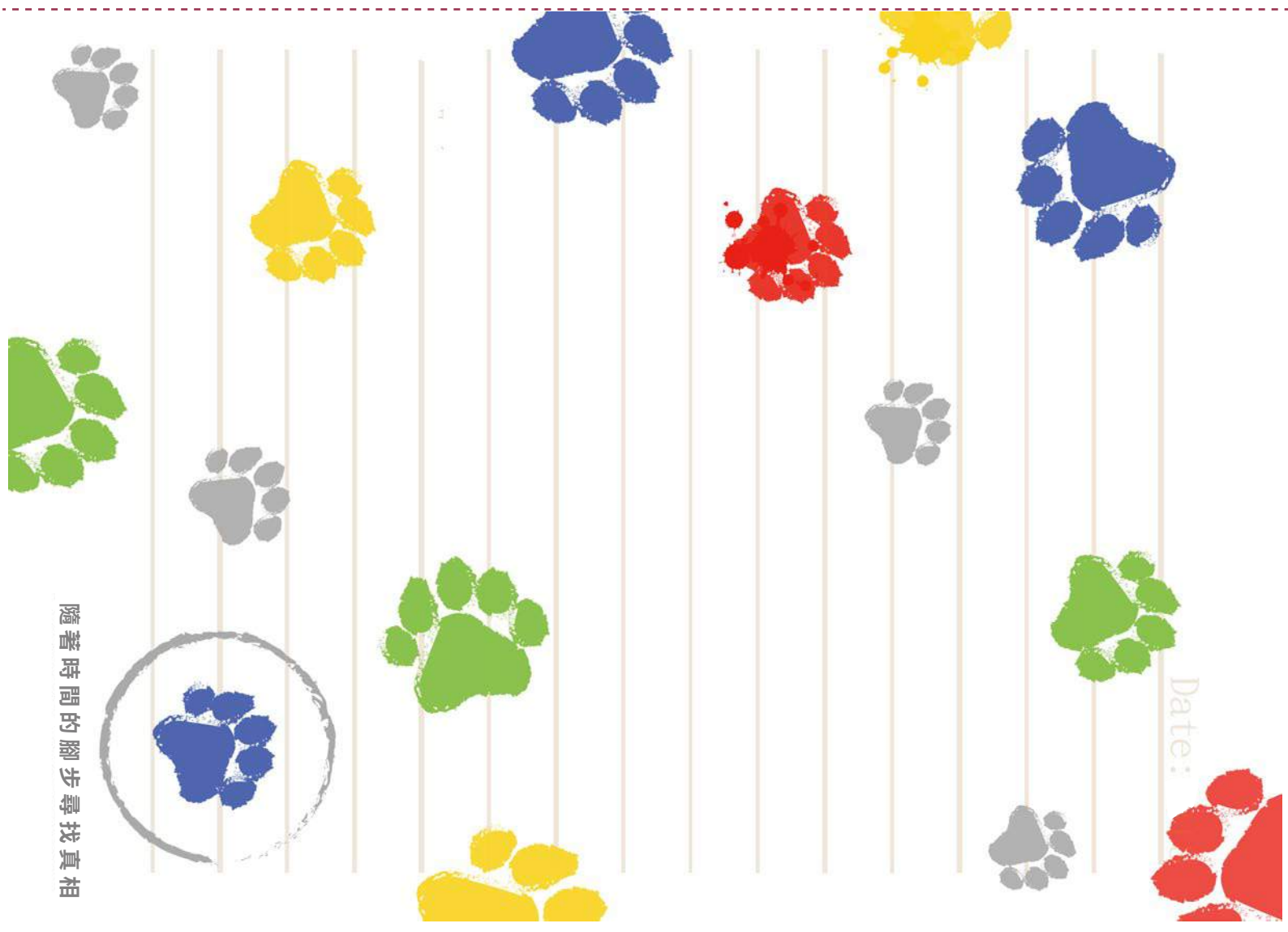
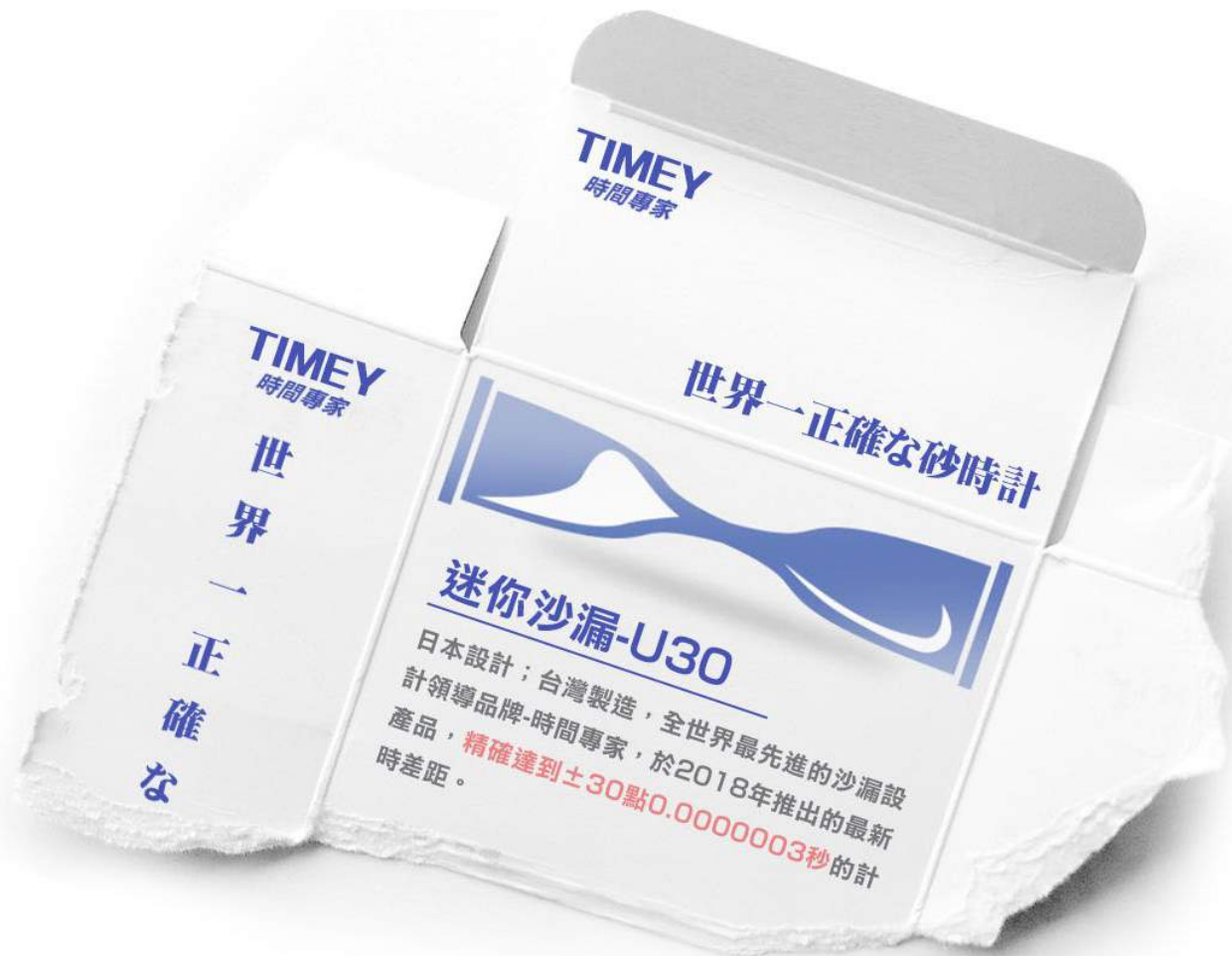
把所有的醬料混合後加
入，開大火等湯滾，將
表面浮末撈出轉小火慢
煮到馬鈴薯和紅蘿蔔軟
了即可



讚到孩子轉大人的菠菜老師烹飪教室 5

八片碎片
皆需剪下





隨著時間的腳步尋找真相