

1/25

譚氏家政中心 TAAM'S HOME ECONOMIC CENTRE

心想事成

譚鄭瑛玲著

材料: 已發濕海參 1 磅, 用羌葱出水, 切件
蠔豉 120 克, 浸片刻, 出水
玫頭豬肉 150 克, 切片
冬菇 60 克, 浸透, 蒸熟
西生菜 1 個, 切大片
乾葱頭 2 粒
羌 10 片
芫茜, 葱 各 1 棵, 切段
家樂牌清雞湯 1 罐

調味: 家樂牌雞粉 1 茶匙
生抽 2 茶匙
冰糖 1 小粒
鹽 1/2 茶匙

茨汁: 蠔油 1 湯匙
家樂牌雞粉 1/2 茶匙
麻油/胡椒粉 各 1/2 茶匙
糖/米酒 各 1/2 茶匙
粟粉 2 茶匙
家樂牌清雞湯 1/4 量杯

做法: 1. 熱鍋落油 2 湯匙, 爆香乾葱頭, 羌, 炒海參, 灑酒, 加入玫頭豬肉, 蠔豉, 落調味品, 煮 15 分鐘, 再加入冬菇, 燜 10 分鐘, 埋芡, 煮滾, 最後放上芫茜, 葱段, 生菜, 上碟供食.

貼士: 海參味淡, 要靠家樂牌雞湯及家樂牌雞粉調味, 才可煮出更美味可口菜餚.