

大廚師:Rita

日期:Jun.13 2009

宮寶雞丁

材料：

1. 帶皮去骨雞腿 2 隻
2. 青椒或花生
3. 乾紅辣椒 8 隻(依個人喜好增減)
4. 薑片 4 片
5. 大蒜片一湯匙
6. 花椒粒 1 茶匙(也可省略)

調味料：(預先調好放置碗中)

醬油 1.5 湯匙,糖半茶匙,黑醋半茶匙,白胡椒粉少許,太白粉 1 茶匙加 1 湯匙

作法:

1. 將雞腿肉切大丁塊,拌入(份量外)醬油 1 大匙+太白粉 1 大匙+蛋白一個+酒 1 大匙,稍微醃一下.
2. 起油鍋入雞肉炒至八分熟拿起。
3. 用溼毛巾將乾紅辣椒仔細擦乾淨後切段,起油鍋入花椒炒香後將花椒粒取出,再放紅辣椒炒到變色微黑(不可過黑會變苦),放入蒜片,薑片,青椒略炒後放入雞丁,加入已調好的調味料,炒勻起鍋。

p.s.:如要用花生就不要加青椒,可在最後起鍋時加入,太早放花生會不脆