

## 大廚師 - 椒鹽魚片

### 材料:

油,鹽,味精,白胡椒粉,紅辣椒,青辣椒,青蔥,蒜頭,龍利魚一條,地瓜粉,油

### 做法:

**步驟一:** 將龍利魚他看起來是兩片,中間先給他一刀下去一分為二,然後在斜切成一小片一小片,然後撒點白胡椒粉,跟麵粉醃一下然後加點油放在一旁泡醃一下.

**步驟二:** 將紅辣椒,青辣椒,青蔥,蒜頭,通通切丁成一小塊一小塊,混再一起.,放在小碗 1 號中.

**步驟三:** 將味精,鹽,白胡椒粉個用螳螂拳手勢個抓個 2 到 3 小把攪拌再一起,看你覺得味道夠不夠鹹放在小碗 2 號中.

**步驟四:**將你的地瓜粉適量倒入大碗公,然後將你的魚片一片一片放入讓他可以每一天都沾滿地瓜粉.

**第五步驟:** 準備兩個鍋子,第一個鍋子倒入你認為可以裝滿你的魚片的油量,或者你可以分兩次炸都行,想省點油的話。如何測試油溫呢,油倒入鍋子後開火,然後拿支筷子沾水,將筷子時不時放油中,如果出現” 啪啪啪” 的聲響表示油溫夠了,你就可以將魚片一片慢慢地放入油鍋中,不用擔心噴,如何放安全呢,先用手拿這一片魚片,然後先讓牠放入四分之一慢慢放手, 不要用丟的油會噴灑出來, 因為有包覆地瓜粉的魚是不會噴的不用太擔心, 然後等所有魚片放入拿筷子推動魚片全部都浮起來在表面上的時候感覺表演僵硬了稍微泛黃色了, 就可以將全部撈出放在一個盤子上,建議盤子上先墊放一張廚房用的那種吸油大紙英文教作” sponge towels” 可以稍微吸一下撈起來的魚沾太多油.

**步驟六:** 將另一個乾淨的鍋子開火,然後拿水小甩一下鍋子是不是鍋溫會讓水瞬間蒸發了,不需要到任何油直接將所有魚片倒入,然後把剛剛切好的小碗 1 號辣椒的材料,丟入一起翻炒,翻炒一下後,再用一手持續翻炒,另外一手將小碗 2 號的佐料,用螳螂拳手勢,一小把一小把的在鍋子平均的撒入,一隻手撒,一隻手一邊翻炒同步進行,之後感覺味道夠重了香味也出來了,那就大功告成椒鹽魚片了