

雞球炆栗子煲 7 (HD)

譚鄭瑛玲著

材料：雞一隻或雞淨肉 1 磅
去殼栗子 1 磅
冬菇 1 安士
羌 1 安士, 去皮, 洗淨, 切片
蒜頭 2 粒, 拍鬆, 去衣
青蔥 2 棵, 洗淨, 切段
芫茜 1 棵, 洗淨

醃料：醬油 2 茶匙
鹽 半茶匙
糖, 紹酒 各 1 茶匙
麻油, 古月粉 各 半茶匙
粟粉 2 茶匙
油 1 湯匙

獻汁：蠔油 1 湯匙
粟粉 2 茶匙
鹽 1/4 茶匙
麻油 1/2 茶匙
水 1/2 量杯

- 做法：1. 洗淨雞, 起肉, 切塊, 吸乾水份, 加入醃料, 拌勻, 醃約 30 分鐘。
2. 栗子用滾水浸片刻, 去衣, 洗淨。
3. 慢火燒熱沙鍋, 落 2 湯匙油, 爆香羌片蒜頭, 放入栗子, 炒片刻, 加入半杯水用中火煮約 12 分鐘。然後加入醃過之雞肉及冬菇, 再炆 13 分鐘至雞肉熟透, 加入蔥段, 埋獻, 煮滾, 放上芫茜, 即可原煲上桌供食。