

大廚師:陳麗英
日期:Sep.26,2009

蔥油雞

材料:

1. 走地雞 1 隻
2. 蔥 10 隻
3. 薑 1 塊
4. 鹽 2 小匙

調味料:

醬油 3 大匙,雞湯 1/2 杯,鹽 1 小匙,鮮雞粉 1/2 小匙

做法:

1. 走地雞洗淨,放入深鍋中,加冷水蓋過雞身,大火煮滾後用筷子從兩旁雞翼處,將雞提起,讓雞肚內的冷水流出,再放回鍋中,轉中火續煮 5 分鐘後熄火,燜 10~15 分鐘(視雞的大小而定,母雞-肉質軟,體積小,公雞,肉質硬,體積大),用筷子插入雞腿處,取出筷子,若無血水流出就表示熟了***雞湯可留著使用***
2. 取出,稍待涼一下,將鹽 2 小匙均勻抹在雞身表面,等雞完全冷卻後,切成小塊排在盤中.
3. 蔥白切長段後再切成絲,薑也切絲,爆香蔥絲.薑絲,放入醬油,雞湯稍為煮一下,入味後加入鹽,鮮雞粉調味後,淋在雞肉上即可.