



煲類料理



# 鹹魚雞粒豆腐煲

炒、燒

- ◆難易度：☆
- ◆烹調時間：8分鐘
- ◆份量：4人份

大廚烹調秘訣

鹹魚一定要細心的切成小丁狀，因為醃製過的鹹魚非常的鹹，如果不小心吃到切得太大丁的鹹魚，會像吃到一陀鹽似的。

材料 Ingredients

鹹魚粒100公克 去骨雞腿肉1支 豆腐1盒  
蔥1支 薑8片 蒜末1茶匙 紅蔥頭1茶匙

醃料 Pickled

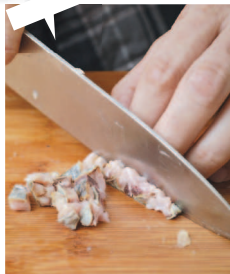
太白粉1茶匙

調味料 Seasoning

紹興酒1大匙 水200cc 糖1/2茶匙 雞粉1/4茶匙  
鹽1/4茶匙 蠔油1大匙 太白粉水少許(最後放)



做法



1 鹹魚切細丁；豆腐切丁；蔥切末。



2 雞肉去皮切丁，用太白粉略醃。



3 熱鍋，加入約2大匙油，爆香薑片、蒜碎及紅蔥頭後，放入鹹魚，以大火翻炒至香，再加入雞丁快炒至變色。



4 嗆入紹興酒後，加入水及其餘調味料煮滾後，放入豆腐，上蓋煮2分鐘。



5 最後加入太白粉水勾芡後，盛入燒熱之砂鍋，再撒上蔥末即完成。

Jacko 美味提點

沒炒香的鹹魚帶著一股腥味，但是熱油爆香過的鹹魚，連鍋內餘油都會有獨特的香氣，趁著鍋中爆香料和鹹魚炒的香氣四溢時，立刻嗆入酒香加入其他食材料搭配烹煮，最後就會呈現鹹魚誘人之香味。



全文轉載自

《新手下廚101道不失敗料理——

30年廚藝大廚親授美味料理+312個好吃烹調秘訣》

作者·蔣偉文&梁振業

出版社·幸福文化