

焗德國鹹豬手

譚鄭瑛玲著

材料：煙鹹豬手 1 隻(約 1kg)

配菜：西蘭花 60 克,切朵
甘荀 數片
意大利瓜 數片
粟米仔 數條

汁料：牛油 2 湯匙
蒜茸 1 茶匙
鮮露,糖, 各 1 茶匙
胡椒粉 1/4 茶匙
波羅 1 片,切碎
麪粉 1 湯匙
上湯 1/2 量杯

做法：1。鹹豬手放入水中煮 30 分鐘,取出放進 375f 熱焗爐中,焗 30 分鐘,反轉再焗 20 分鐘至金黃色,盛以碟,伴上配菜。

2。熱鑊落牛油,炒香蒜茸,加入其餘汁料,煮滾啗在豬手旁,上桌供食。