

## 1.23 大廚師 Tracy - 麻油雞

### 材料:

1. 黑麻油 300 克
2. 薑片 300 克
3. 米酒 200 克
4. 鷄腿 3 隻
5. 鷄粉 少許
6. Salt 少許
7. 高湯 3000ml

### 做法:

1. 先把鷄腿剝成小塊
2. 再把鍋子燒乾，用小火加熱黑麻油，然後把薑片加入一起爆香
3. 等薑片開始變乾的時候，把鷄腿加入一起炒
4. 當鷄腿開始炒得變白白的，就可以把米酒加進去一起炒
5. 直到鷄腿炒到 8 分熟就可以起鍋，把它倒入煮湯的鍋子裡
6. 然後用大火把高湯加入和炒好的鷄腿一起煮
7. 大滾後，開始計時 1 分鐘。1 分鐘後，就可以把煮熟的鷄腿先撈起來（以免鷄腿肉煮爛）
8. 接下來就可以根據個人喜愛的咸度來調味，如果想吃蔬菜，可以加一點高麗菜在裡面