

大廚師 - 韓式豆腐鍋

材料: (二人份)

1. 小魚乾 12 隻
2. 洋蔥 半顆
3. 香菇 3 朵
4. 大蒜 5 個
5. 昆布 (Kelp) 1/3 cup
6. 牛絞肉半磅
7. 海鮮(蝦, 干貝, 蛤蜊) 適量
8. 嫩豆腐一盒
9. 綠色辣椒 1 個
10. 蔥花 適量
11. 雞蛋 1 顆
12. 韓式辣椒粉 適量
13. 魚露 2 大匙

做法:

1. 加五杯水和材料 1-5 至鍋中, 大火煮沸約 10 分鐘後轉小火再煮 20 分鐘。(高湯)
2. 準備一個陶鍋加一小匙油將牛絞肉爆香, 將煮沸的香菇撈出切丁加入陶鍋和牛肉一起拌炒。
3. 加 2 大匙辣椒粉至鍋中拌炒後, 加入兩杯高湯煮沸。
4. 蔥和綠辣椒切丁備用
5. 將海鮮、豆腐、雞蛋加入鍋中煮熟, 再加入魚露、蔥花、綠辣椒, 最後加入鹽和少許香油即可。