

五補釀鴨

譚鄭瑛玲著

材料：	走地鴨	1 隻, 約 4 磅
釀料：	栗子	150 克, 煮熟, 去壳, 去衣
	蓮子	60 克, 浸透
	杞子	30 克, 浸片刻
	百合	60 克, 浸片刻
	洋薏米	60 克, 浸片刻
	紅棗	10 粒, 去核, 切條
	陳皮	1 角, 浸軟, 去瓢, 切條
	元肉	30 克

醃料：	老抽, 紹酒	各	1 湯匙
	生抽		4 湯匙
	黃糖		1 湯匙
	鹽		1 茶匙

- 做法：1. 將全部釀料放入鍋中, 加水蓋過材料, 煮 30 分鐘至撿透。
2. 把醃料塗勻鴨身內外, 醃約一小時。將釀料填入鴨腔內, 封好。
3. 熱鑊落油 2 湯匙, 煎鴨至金黃色, 盛以大碟。
4. 燒滾一鍋水, 放入蒸架, 將鴨連碟放在蒸架上, 蓋好, 蒸約 1.1/2 小時至鴨稔透, 取出瀘去鴨汁留用。
5. 用一湯匙粟粉, 加入鴨汁中煮成芡汁, 淋於鴨身上, 上桌供食。