

大廚師 6.23 –乾鍋鴨舌

配料：

鴨舌
大蒜
蔥
薑
紅辣椒干
面粉

蔬菜：

藕，土豆，香芹，
萵筍，新鮮辣椒，香菜

調料：

高湯 - 火鍋底料
花椒
醬油
鹽
冰糖
味精
料酒
大豆色拉油
麻油

做法：

- 蔥切斷，薑切片，大蒜拍扁，紅辣椒乾一切二。
- 將鴨舌清洗乾淨，用鹽，料酒，面粉搓片刻，再用清水沖洗乾淨。
- 鍋內倒入清水，待水煮沸後將鴨舌放入水中片刻，撈出瀝干水份。
- 炒鍋內倒入大豆色拉油，開中大火待油溫六成熱時將紅辣椒干，花椒，大蒜，蔥段，薑片放入，翻炒片刻，炒出香味。

- 再將鴨舌放入，鍋中加入冰糖，醬油，料酒，鹽，少許水（高湯）改用中火煮沸
- 放入蔬菜，調成小火悶煮約二十分鐘，將湯汁盡可能的收乾，出鍋前撒上少許味精，淋上麻油 即可上桌。