

6.29.2013 大廚師 - 鯽魚湯

材料：

鯽魚一條

羊肉 100g

油適量

鹽適量

八角 1 個

生薑 3 片

雞精少許

醬油，黃酒少許

做法：

1. 準備一條鯽魚、薑和羊肉，羊肉只需用幾片。
2. 把鍋燒熱後，用薑片把鍋底抹勻。
3. 用廚房紙把魚身上的水份擦乾。
4. 鍋裡倒入油，中小火把魚兩面煎熟。
5. 砂鍋裡倒滿涼水，把魚倒入開始大火加熱。
6. 另取一個鍋，冷水將羊肉下鍋，同時放入一片姜。
7. 水開後把羊肉撈出，下入砂鍋中，同時放入一個八角。
8. 砂鍋水開後轉成中小火，用勺子把表面的浮沫撈出。
9. 然後開蓋熬 45 分鐘。這時候放入小半碗牛奶。
小火煮 10 分鐘。關火食用之前，可以撒些香菜提味。