

雞肉炆白豆乾

譚鄭瑛玲著

材料：雞腿肉 200 克, 洗淨, 切片  
白豆乾 1 包 400 克, 切片  
荷豆 200 克, 去根, 洗淨  
厚花菇 6 隻, 浸透, 洗淨, 切片  
甘荀 100 克, 去皮, 洗淨, 切片  
羌 5 片  
葱 1 棵, 洗淨, 切段

調味：頭抽 1 湯匙  
鹽 1/4 茶匙  
糖 1/2 茶匙  
粟粉 1 茶匙

獻汁：頭抽 1 茶匙  
糖 1/2 茶匙  
粟粉 1 茶匙  
上湯 1/4 杯

- 做法：1. 將調味品加入雞腿肉中, 拌勻醃片刻。
2. 燒熱鑊, 落油 2 湯匙放入豆乾, 畧為煎至微黃色, 加入厚花菇片, 落半湯匙雞汁, 1/4 杯水, 炆一會, 盛以碟。
3. 再燒熱鑊, 落油 1 湯匙, 炒荷豆及甘荀, 落半茶匙鹽, 炒勻盛起。
4. 再燒熱鑊, 落油 2 湯匙, 爆香羌片, 放入雞肉炒熟, 再將豆乾, 荷豆, 甘荀回鑊, 兜勻, 埋獻, 煮滾, 加入葱段, 炒勻, 上碟供食。