

金針雲耳炆牛腩

譚鄭瑛玲著

材料	靚金錢牛腩	450 克, 切厚塊
	金針菜	40 克, 浸軟洗淨
	雲耳	20 克, 浸透洗淨
	紅棗	8 粒, 洗淨
	羌	20 克, 去皮切片
	蔥頭	2 粒, 拍扁去衣

炆料:	片糖	1/4 片
	老抽	2 湯匙
	紹酒	2 茶匙

芡汁:	蠔油	2 茶匙
	粟粉	1 茶匙
	水	3 湯匙

做法: 熱鑊落油 2 湯匙, 爆香羌片蔥頭, 炒牛腩, 贊酒, 加入炆料及適量水, 盖好, 用中火炆約 30 分鐘, 落 1/2 茶匙鹽, 加入紅棗, 金針, 雲耳, 再炆 10 分鐘至牛腩稔透, 埋芡, 煮滾, 上碟供食。

## 特式釀童子雞

譚鄭瑛玲著

材料：童子雞 1 隻，拖水  
冬菇 5 隻，浸軟洗淨切條  
冬菜 3 湯匙，洗淨揸乾水  
玫頭豬肉 100 克，洗淨切絲  
葱 1 棵，洗淨切段  
羌絲 1 湯匙

調味：五香粉 半茶匙  
老抽 1 湯匙  
黃糖,酒 各 半湯匙

醃料：生抽 1 茶匙  
糖,酒 各 半茶匙

做法：1. 混和調味品，塗於雞身內外。

2. 將醃料加入玫頭豬肉中拌勻，醃約 30 分鐘。

3. 燒熱鑊，落油 1 湯匙，爆香羌絲，炒玫頭豬肉，加入冬菇,冬菜,葱,兜勻釀入童子雞腔內，盛以焗盆，放進 375F 之焗炉內焗約 30 分鐘至熟，即可供食。

## 香椰撻

譚鄭瑛玲著

材料：現成迷你撻皮	26 個
椰蓉	1 量杯
白糖	1/2 量杯
吉士粉	3 湯匙
粟粉	3 湯匙
發粉	1/2 茶匙
溶牛油	2 湯匙
雞蛋	2 只
淡奶	1/2 量杯
椰子香油	少許
蜜餞車厘子	數粒

做法：1. 混合椰蓉,白糖,吉士粉,粟粉,發粉於大盆中，加入雞蛋,溶牛油,淡奶,椰子香油，拌勻成餡料。

2. 將適量餡料放入撻皮中，加上車厘子，放進預熱 375F 之焗爐內，焗約 25 分鐘至金黃色，即可供食。

巴沙魚煮番茄

譚鄭瑛玲著

材料：巴沙魚 1磅  
番茄 1/2磅  
羌 2片  
蒜頭 1粒,拍扁  
蔥 1棵,切段

香菜 三片

調味：鹽 1/2茶匙  
糖 1茶匙  
生抽 1茶匙  
茄汁 1茶匙 湯粉

做法：1。巴沙魚鮮冰,洗淨,吸乾,用鹽,胡椒粉,各半茶匙塗勻魚身。番茄切塊。

2。熱鑊落油2湯匙,爆香羌,蒜頭,煎魚至硬身,反轉再煎片刻,加入番茄及香菜調味品,煮1分鐘。用1茶匙粟粉開2湯匙水埋芡,煮滾,加入蔥段,兜勻,上碟供食。