

10.13 大廚師 - 親子蓋飯

材料:

雞腿肉 1 支

洋蔥半顆

雞蛋 2 顆

蛋黃 1 顆

鹽少許

醬油 30cc

味醂 25cc

米酒 15cc

水 100cc

柴魚粉少許

做法:

1. 雞腿肉撒上少許的鹽 放 10 分鐘
2. 肉切小塊放入滾水中川燙 1 分鐘 放涼備用
3. 將切絲的洋蔥加入剛剛煮的醬汁煮開
4. 將 醬油 味醂 米酒 水 一起煮開後 加入柴魚粉 關火

5. 放入備好的雞肉煮熟
6. 雞蛋打勻到 2/3 覆蓋與材料上 凝固後倒入最後的蛋汁隨即關火
7. 將做法 6 移到飯上