

## 《烤火雞配蔬菜食譜》

材料：

火雞 1 隻(約 12 磅)

檸檬 1 個

洋蔥 2 個

清雞湯 250 毫升



醃料：

無鹽牛油 160 克(若選用有鹽牛油，鹽則改為 1 茶匙)

檸檬皮 1 個(剝蓉)

新鮮香草 Rosemary 適量

新鮮香草 Parsley 適量

葡萄籽油 3 茶匙

鹽 2 茶匙

做法：

- 1) 火雞解凍後，將雞胸皮與雞胸肉分離，將半份調味料搽入雞胸皮內，剩餘的調味料塗勻雞皮，檸檬及洋蔥放入雞肚內，以棉繩網綁雞腳，備用。



2)東芝水波爐選 convection(須預熱)220 度烤焗 15 分鐘，然後倒入雞湯於焗盤內，以 170 度 convection 烤焗 2 小時，



烤焗完成後，取出洋蔥及檸檬製作 Gravy，火雞表面蓋上錫紙，放涼 1 小時 30 分鐘。

(Remarks: 製作方法亦可選用 Hybrid 石窯烘烤功能，因加入了過熱水蒸氣功能，能令食物保持更多的肉汁)

### Gravy 製作方法:

將烤焗後的洋蔥、檸檬、1 小束新鮮香草 Rosemary、6 個車厘茄和焗盤內已隔油的烤雞肉汁，放入鍋中煮沸，加入少許鹽、糖及黑椒碎調味，隔渣即成。





### 烤焗蔬菜製作方法：

#### 材料：

車厘茄 1 盒

薯仔 2 個

甘筍 2 條

#### 調味料：

葡萄籽油 2 茶匙

鹽半茶匙

黑椒碎半茶匙

#### 做法：

1) 薯仔、甘筍去皮切件，備用。

2) 焗盤鋪上錫紙，放入蔬菜，加入調味料，以 Hybrid(須預熱)180 度烤焗 25 分鐘即成。

