

《臘味糯米飯食譜》

材料：

糯米 300 克

臘腸 40 克

鴨潤腸 40 克

乾冬菇 4 隻

蝦米 40 克

珠豆花生 40 克

蛋 1 隻

蔥花適量

調味料：

生抽 2 茶匙

老抽適量(調色)

做法：

1) 冬菇浸軟切粒；臘腸、鴨潤腸切粒；蝦米洗淨備用。



2) 糯米洗淨，浸 4 小時，隔去水份，平均鋪於可蒸煮的烘焙紙上，放入水波爐中，以純蒸氣蒸 25 分鐘，備用。



3) 珠豆花生洗淨，用廚紙吸走水份，加入半茶匙生油撈勻，放入水波爐以 convection(須預熱)160 度烤焗 20 分鐘，中途須將焗盤取出搖一搖，作用是將花生翻面，這樣花生會烤得更均勻。



4) 蛋打成蛋液，煎成蛋片，放涼切絲，備用。

5)燒熱易潔鍋，下少許油，順序加入蝦米、冬菇、臘腸、鴨
潤腸以大火爆炒片刻，轉慢火烹調至臘味釋出油份，然後加
入糯米飯，加入兩湯匙沸水，待飯粒完全鬆開及與所有材料
混合後，下調味料，最後加入花生、蔥花及蛋絲炒勻即成。



(P.S.:放涼後的糯米飯，可於水波爐翻熱，以純蒸氣蒸 10
分鐘，又或者以微波加熱亦可，微波可選 Delicate 自動感應
加熱模式)

【簡易小貼士】：

- 1)先將糯米蒸熟，可省卻炒糯米的時間。
- 2)花生改用烤焗方法，相比用鑊炸的方法更簡易啊~