

## 【花膠冬菇炆雞】



材料：

		<u>雞醃料</u>		<u>調味料</u>	
雞	半隻	生抽	1 湯匙	蠔油	2 湯匙
花菇	4 隻	鹽	半茶匙	老抽	1 湯匙
花膠筒	6 件	紹酒	1 湯匙	糖	糖 1 茶匙
薑	2 片	薑茸	1 茶匙	水	350ml
蒜頭	2 粒	生粉	1 湯匙	八角	1 粒
		油	1 茶匙		

## 做法：

### 發花膠

1. 選「熱風對流/convection」(有預熱)· 爐溫設 100 度· 按「開始/start」預熱
  2. 將乾的花膠筒放在深盤· 深盤放在水波爐下層
  3. 轉選「蒸煮/steamed」· 時間 25 分鐘· 按「開始/start」開始烹調
  4. 25 分鐘後· 可看看花膠轉軟至可接疊· 若不夠軟要再增加蒸煮時間
  5. 完成後· 將花膠放在清水中· 並置於攝氏 4 度的雪櫃浸發一天 (浸發中途需換水一次)
- \*這浸發方式不適合 20 頭以下的花膠· 體積較大的花膠須要用浸煮的方法
6. 浸發 24 時間後· 花膠筒頂部位置剪開清洗
  7. 一次過浸發較多份量的花膠· 剩下來的放入密實盒(存放於攝氏零下 8 度的雪櫃內)

### 發冬菇

1. 清洗冬菇· 令冬菇沾上清水
2. 選用「微波/Microwave 900w」· 時間 1 分鐘· 按「開始/start」開始烹調
3. 加熱後· 清洗冬菇· 重覆以上步驟 4 次直至冬菇變軟
4. 剪去冬菇蒂· 再加熱 1 次· 浸泡在清水中備用

### 花膠冬菇炆雞

1. 雞切件· 雞加入醃料醃約 5 分鐘即可
2. 烤盤鋪上錫紙· 雞件平均置於烤盤上· 並放在水波爐上層· 選用「燒烤/grill」· 時間 15 分鐘· 按「開始/start」開始烹調 (「燒烤/grill」可令雞香味更突出· 雞皮焦香· 更勝爆炒的效果)
3. 完成後· 將薑蒜及雞件置於陶瓷鍋內· 然後才放上雞件· 並將香氣十足的雞油及雞汁倒回鍋中(若習慣食得清淡可不加入)
4. 之後加入冬菇及所有調味料
5. 將陶瓷鍋置於烤盤上· 並放在水波爐下層· 供水匣倒注水· 選用「過熱水蒸氣/superheated steam」(無預熱)· 爐溫設 200 度· 時間 30 分鐘· 按「開始/start」開始烹調
6. 30 分鐘後· 加入花膠· 選用「過熱水蒸氣/superheated steam」(無預熱)· 爐溫設 200 度· 時間 20 分鐘· 按「開始/start」開始烹調即可 (時間可因花膠厚度加減)

(食譜由何師奶 ~ 《全職"煮"婦生活逸事 + 烹飪分享》專頁提供)