

【黃金炸蟹鉗】- 氣炸



材料：

蟹鉗 6 隻

鹽適量

急凍蝦仁 800g

胡椒粉少許

雞蛋 1 隻

生粉適量

麵包糠適量

做法：

1. 將蝦仁加鹽、胡椒粉和生粉醃製，拍打成蝦膠後放入雪櫃 1 小時。



2. 以蝦膠包上蟹鉗成球狀。



3. 沾上蛋液和麵包糠，噴油後放在烤盤，並放入氣炸烤焗爐以「健康氣炸 H-6」模式氣炸（無需調較時間溫度，中途可打開門察看，關門後按「開始/+30 秒」繼續，顏色金黃即可）。按下「健康氣炸」，轉動扭掣至 H-6，按「開始/+30 秒」確認，再按下「開始/+30 秒」開始。

