

【酥炸豬扒】



材料：

豬扒 2塊(每塊約半吋厚)
紅椒粉(Paprika) 1/4茶匙
蒜粉 1/2茶匙
鹽 適量
黑胡椒 適量

調味料：

低筋麵粉 2湯匙
鹽 適量
新鮮百里香 適量
雞蛋 1隻
麵包糠 50克
油 1湯匙

方法：

1. 洗淨抹乾豬扒，用刀背拍薄。拍上醃料，略醃。
2. 把油倒入麵包糠拌勻。
3. 低筋麵粉、鹽和新鮮百里香葉拌勻。雞蛋拂勻。
4. 把醃好的豬扒撲上低筋麵粉，再蘸上蛋液，均勻沾上麵包糠。
5. 在烤架上掃油，放上豬扒。
6. 按水波爐「熱風對流」不預熱模式，調校至300°C，放入豬扒焗22-25分鐘，即成。
貼士：烤焗10分鐘後，打開爐門，輕輕移動豬扒，以免豬扒黏附網架。至15分鐘後，檢查豬扒的烤焗情況及顏色，連同焗盤取出，順時針轉180°C，放入水波爐繼續烤焗。