

【烤班蘭葉包雞】



材料：

去皮雞腓肉 2件(約450克)

班蘭葉 5-6片(每片可剪成兩段)

調味料：

香茅 1支

檸檬葉 1片

芫荽頭 3棵

乾葱 1顆

蒜茸 1茶匙

椰漿 2湯匙

魚露 3湯匙

老抽 1/2茶匙

喼汁 3/4茶匙

麻油 1茶匙

砂糖 2.5茶匙

鹽 適量

胡椒粉 1/4匙

芝麻 1湯匙

沾醬：

泰式甜辣椒醬 適量

做法：

1. 雞脾肉洗淨抹乾切件，每件約40-50克，備用。
2. 處理醃料：把香茅、檸檬葉、芫茜頭、乾葱切碎，與其他醃料拌勻；或把所有醃料放入小型食物處理器打至幼滑，最後加入烘芝麻。
3. 把醃料加入雞塊拌勻，放入雪櫃醃最少2小時或過夜。
4. 洗淨抹乾班蘭葉，剪成適當長度。葉面向外，放上雞件，繞圈卷緊，再用牙籤固定。
5. 按水波爐「過熱水蒸氣」預熱模式，調校至230°C，20分鐘。把網架放在烤盤上，放上包好的雞塊。預熱完成後，把烤盤放入下層，進行烤焗。
6. 伴泰式甜辣椒醬上碟。