

【花菇蟲草花蒸排骨】



材料：

排骨 約半斤(約 300 克)
味醂 1 湯匙
鹽麴 1 湯匙
蠔油 1.5 茶匙
蒜茸 1 茶匙
粟粉 1 茶匙
麻油 1.5 茶匙
薑絲 適量
水 適量

配料：

花菇 4 至 5 隻
蟲草花 適量
紅棗 3 粒

做法：

1. 蟲草花浸水 10 分鐘，備用。紅棗浸軟，去核。花菇浸軟，備用。
2. 洗淨排骨抹乾，加入醃料備用。
3. 花菇切厚片，與蟲草花一併加入排骨，拌勻。
4. 放入水波爐下層，按水波爐「純蒸」模式，以 100°C 蒸 20-25 分鐘，完成後留在爐內焗 5 分鐘即成。