

【青檸檬蒸鱸魚】(自動模式 6)

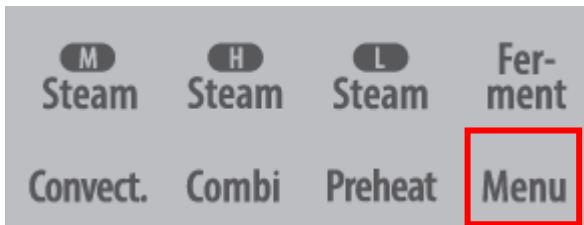


材料 (2- 3 人份) :

新鮮鱸魚 1 條(400 克)
薑 4 片

青檸檬醬汁

紅辣椒 3 個
蒜 6 瓣
香蔥 2 根
魚露 3 湯匙
檸檬 (擠汁) 3 湯匙



做法：

1. 將魚去除內臟、魚鰓、魚鱗，洗淨後抹乾水分；
2. 沿著鱸魚魚脊骨兩側剪開，使魚趴著；
3. 在魚盤上墊一根筷子，將處理好的魚趴著放在墊有筷子的魚盤上，在魚上放幾塊薑片去腥；
4. 蒸氣焗爐扭動按鈕至「自動功能表 | Menu」，按「CONFIRM/ START」確定，再扭動按鈕至「A:06」，按「CONFIRM/ START」確定，提前啟動預熱；
5. 魚盤置於蒸盤上，將蒸盤放入已預熱好的蒸氣焗爐下層，關上爐門，按「CONFIRM/ START」開始烹調 8 分鐘；
6. 製作青檸醬汁：將紅辣椒、蒜、香蔥、魚露、檸檬汁一起倒入碗中，拌勻備用；
7. 結束後，把蒸魚盤取出，去掉薑片、筷子，倒掉魚裡面的湯汁，在魚四周淋上青檸醬汁即可享用。



TIPS:

- 蒸魚盡量選用專業的蒸魚盤，或底部較薄的容器，使魚受熱均勻。
- 可依個人喜好，在烹調期間扭動按鈕增減烹調時間，調整食物口感。