

香蕉雞柳

譚鄭瑛玲著

材料： 香蕉 1 隻, 去皮切粗條
雞柳 1/2 磅, 切條
露荀 4 安士, 切段
甘荀 2 安士, 切條
羌 1 塊, 切片
蔥頭 1 粒, 琢茸
蔥 1 棵, 切段

醃料： 生抽, 糖 各 1/2 茶匙
粟粉 3/4 茶匙
鹽, 麻油, 古月粉 各 1/4 茶匙

芡汁： 鹽 1/4 茶匙
糖 1/2 茶匙
粟粉 3/4 茶匙
水 2 湯匙

做法： 1。雞柳加入醃料, 醃片刻。

2。熱鑊落油 1 湯匙, 爆香蔥頭茸, 羌片, 炒雞柳, 灑酒, 加入露荀, 甘荀, 炒勻, 最後加入香蕉, 蔥, 兜勻, 埋芡, 煮滾, 上碟供食。