

大廚師: Coco 楊  
日期: Oct.15 2005

## 自製粉蒸肉

做法:

1. 糯米加白米混合淨瀝乾後用果汁機慢速打 10~15 秒
2. 用小火乾鍋將米炒至微黃待涼備用
3. 五花肉整大塊放入冰箱再取出較好切,切成 3~4 公分寬,1 公分厚
4. 另備五花小排骨約 8~10 塊(墊在碗底用)
5. 醃料:花椒粒,胡椒粉,酒,鹽,醬油(2lbs 肉約 1/2cup 醬油)
6. 五花肉與小排骨放入醃料後每片都抹均勻,至少醃 3 小時
7. 醃好後將花椒粒取掉,要撒上太白粉(使肉更嫩),每片都均勻沾上做法 2
8. 取一大深碗公(碗底抹油),先將小排骨放底層,再一片片排上五花肉(也可將免洗筷折斷放在中間架空(較易熟))
9. 最後一定要灑點水在上面(否則米會太乾)
10. 放入電鍋蒸,分次加水 7~8 杯

P.S:\*\*爲使顏色好看,不用鹽,醬油多些

\*\*排骨與五花肉合用的優點是蒸氣較有空隙蒸透