

大廚師:Frank

日期:Aug. 13 2011

葱烧海参

材料:

水发海参 500 克、大葱 70 克、鸡汤 250 克、姜末 3 克、姜片 20 克、蒜片 15 克

調味料:

盐 3 克、味精 2 克、白糖 20 克、酱油 10 克、黄酒 20 克、水淀粉 15 克

做法:

- 1、先将水发海参洗净，凉水入锅旺火煮 2 分钟后捞出过凉水备用。
- 2、制作葱油：大葱切段，与姜片、蒜片一起用 50 克油慢火炸至金黄色后将油、大葱、姜片、蒜片一起倒入碗中备用。
- 3、重新起锅，将做好的备用油沥出 30 克入锅。烧至七成热时入姜末煸炒至出香味后下入海参，同时入酱油、黄酒、鸡汤、盐、糖及备用的已经炸至金黄色的葱段旺火烧开。
- 4、开锅后变微火慢慢烧至海参入味（约 3~5 分钟）。再将火调大，将锅中的汤水烧至大约还剩三分之一时入水淀粉勾芡，待芡汁粘稠红亮后起锅装盘。
- 5、将备用的葱油重新做热后淋在海参上即可。

特点：

北方名菜，口味香浓，山东源入，以水发海参和大葱为主料，海参清鲜，柔软香滑，口味香浓，色泽红亮，美容强身，养血润燥。