

大廚師:Rita

日期:Jun.6 2009

## 油豆腐塞肉

材料:

1. 油豆腐泡 12 個
2. 絞肉
3. 蝦皮 1 大匙切碎,或蝦米
4. 天津白菜 1/4 顆
5. 蔥末 1 湯匙
6. 薑末 1 茶匙
7. 太白料 2 湯匙加水調溼(稍濃稠些)

作法:

1. 先將白菜洗淨切段,用一點點油炒一下拿起(不必炒軟),放在鍋裡墊底。
2. 絞肉加入醬油半匙,太白粉 1 湯匙(份量外),白胡椒粉少許,蔥末,薑末,切碎的蝦皮,加酒半湯匙拌勻。
3. 將油豆腐泡用剪刀剪一刀,將裡面的豆腐肉拿出一些(切勿全部挖空),用太白粉水抹入豆腐內,再將調好的絞肉塞入,面上要塗上太白粉水封口。
4. 起油鍋將油豆腐開口面向下煎黃後拿起,一個個排列在鍋中白菜上,均勻淋在醬油 2 湯匙,糖 1 茶匙,中火至滾轉小火,大約煮 45 分鐘至入味即可(不用加水,白菜會出水,中間可將油豆腐翻面一次)。