

# 盆菜



**BOSCH**

Invented for life

# 盆菜



## 材料:

20毫升	食油
30毫升	水
1.5升	雞湯
1罐	鮑魚湯
1個	中型紅蘿蔔、中型白蘿蔔
1個	浸軟的海參
6隻	扇貝
6條	粟米仔
12個	鮑魚(罐裝)、新鮮蜆、新鮮大蝦
20克	髮菜
30克	老薑
50克	大蒜、乾蔥
150克	雲耳(浸軟)、香菇(浸軟)
200克	西蘭花
300克	燒鴨、燒豬肚
2湯匙	老抽、生抽、麻油
3湯匙	玉米粉、蠔油
4湯匙	花雕酒
適量	白胡椒粉
裝飾用	紅辣椒、青蔥

## 步驟:

1. 將紅蘿蔔和白蘿蔔削皮，切成厚片。
2. 將海參和雲耳切成厚片。
3. 將老薑、乾蔥和大蒜以手提攪拌棒攪拌均勻。
4. 在加熱的鐵煲/鑄鐵鍋中加入食油和新鮮的蜆。倒入花雕酒，蓋上鍋蓋煮蜆。煮熟後，蜆應該已經張開，然後取出所有蜆並放在一邊。
5. 在同一鍋中加入麻油，炒煮攪拌均勻的薑、乾蔥和大蒜，直到微微變色和香味散發。
6. 加入蠔油、雞湯、鮑魚湯、生抽和老抽。將湯煮滾。
7. 使用「4D熱風」模式預熱蒸焗爐至190°C。
8. 加入大蝦、海參、鮑魚、扇貝、白蘿蔔、紅蘿蔔、粟米仔、雲耳、冬菇和髮菜。
9. 將鍋放入蒸焗爐中焗約20分鐘。然後加入西蘭花、蜆、燒豬肚和燒鴨肉。在蒸焗爐中再焗10分鐘，或直到所有食材熟透。
10. 過濾醬汁並將湯汁煮滾，用白胡椒調味，並用混好的玉米粉勾芡。而混好的玉米粉即是將3湯匙玉米粉和30毫升水混合。
11. 將青蔥和辣椒切成薄片，青蔥浸泡在冰水中。  
提示：這樣可以使青蔥捲曲，成為菜餚的漂亮裝飾。
12. 將食材整齊排列在鐵煲/鑄鐵鍋中，並將湯汁倒在上面。
13. 用紅辣椒和青蔥片裝飾，即可享用。

## 設定程序:

以190°C 4D熱風烘焗20分鐘。

4D熱風



**BOSCH**

Invented for life