

法式芝士焗龍蝦

A Cooperation of



BOSCH

Isti Dining Table

Invented for life

法式芝士焗龍蝦



材料：

2 隻	龍蝦
1 湯匙	無鹽牛油
4 粒	乾蔥 (切碎)
4 瓣	蒜頭 (切碎)
100 毫升	白酒
100 毫升	淡忌廉
	鹽、黑胡椒碎
50 克	芝士碎
	蕃茜

步驟：

1. 龍蝦洗淨，放冰格30分鐘凍暈，以 Steam+ 100度蒸10分鐘；開邊，除去腮和腸，拆出龍蝦肉
2. 下牛油煮溶，炒香乾蔥碎和蒜粒，倒入白酒中火煮3分鐘至酒精蒸發；下淡忌廉煮至濃稠，加入龍蝦肉混合，下鹽、黑胡椒碎調味
3. 將龍蝦肉連同醬汁倒入龍蝦殼，鋪上芝士碎，用4D熱風180度焗5分鐘，再用230度焗約5分鐘至表面金黃焦香，灑上蕃茜碎即成

設定程序：

以Steam+ 100°C蒸10分鐘

再以4D 熱風180°C焗5分鐘，再用230°C焗約5分鐘至表面金黃焦香

Steam+

4D 熱風

A Cooperation of



BOSCH

Isti Dining Table

Invented for life