



港式美食篇之 椒鹽豬扒





TIME TO PREPARE
1-3 hours



COOK TIME
20 minutes



SERVING
4 People

材料

- 豬扒 - 最好用梅頭 (四塊)
- 油 (詳細請見做法)
- 紅蔥頭 (兩粒, 切粒)
- 紅椒 (一條, 切絲) 或 指天椒 (三條, 切絲) (備註: 可以吃辣的可以用指天椒, 如果不能吃辣的可以用紅椒)
- 五香粉 (兩茶匙)
- 花雕酒 (兩湯匙)
- 椒鹽粉 (1 茶匙)
- 葱 (一條, 切粒備用)

豬扒醃料

- 糖 (一茶匙)
- 鹽 (一茶匙)
- 蠟油 (一茶匙)
- 花雕 (一湯匙)
- 油 (一茶匙)

做法

01. 把豬扒洗淨，瀝乾水份，切成條裝。豬扒切好之後就可以加入所有醃料拌勻，醃製最少 1 小時以上。
02. 將鑊燒熱，放入兩至三湯匙油以中小火將豬扒煎或炸到 9 成熟，每面大約煎/炸 3 分鐘後將豬扒撈起。
03. 這時可以把鑊內剩下的油推到超高溫，然後將所有豬扒下鑊炸香大約 30 秒立即撈起，這樣豬扒就會脆（注意：油溫要去到高溫狀態）
04. 如果現在鑊內剩下的油太多，記得將油倒出來，用大約兩茶匙熱油份量，加入紅蔥頭粒，紅椒或指天椒絲，五香粉爆香，加入花雕酒兩湯匙。
05. 之前炸好的豬扒這事可以回鑊兜香，灑點椒鹽粉，然後隨即快手把豬扒炒勻，就完成了。
06. 上桌前可以撒上蔥花。

小貼士：如果大家不懂如何敲鬆豬扒或沒信心將豬扒煮到鬆軟。建議大家可以兩湯匙梳打粉然加一大碗水浸蓋豬扒表面，大約浸 1 小時。之後將豬扒洗乾淨，再用清水浸 30 分鐘，再洗乾淨後再用清水浸第二次 30 分鐘。瀝乾水份（如果趕時間可以用廚房紙印加速乾身）之後就可以上醃料。

食譜出自 “溫哥華香港人日常煮意”