

大千地養鶏

〈張大千が愛した鶏肉料理〉

材 料	[調味料A]	[調味料B]	[調味料C]
地養鶏…2枚	塩 …小匙1/5	糖 …大匙2	干辣椒 …10g
芹菜 …120g	胡椒 …少々	味精 …少々	花椒 …20粒
鮮菇 …4枚	紹興酒…小匙2	酒釀 …大匙1 1/3	
紅椒 …2個	蛋精 …大匙5	紹興酒…大匙2	[調味料D]
青椒 …2個	B. P. 粉…小匙1/4	醋 …大匙2	
葱 …1本	豆粉 …大匙4	醬油 …大匙1	家常豆板醬…大匙2
姜 …適量		毛湯 …大匙4	
		水豆粉…小匙2	

作り方

- ① 鶏もも肉を1切20g位にカットしてAで下味を入れる。
- ② 野菜は花切りにしておく。
- ③ Bを合せる。
- ④ 鍋に油(分量外)を沸かし、①を揚げる。
- ⑤ ④を取り出し、温度を上げて②を油通しする。
- ⑥ 鍋に油大匙2(分量外)を入れてCを弱火でよく炒め、取り出し葱、姜を加えDの豆板醬も入れる。
- ⑦ ⑥に⑤を加え、③を入れて炒め合せる。花椒油(分量外)を好みに足すと良い。