

開胃暖身之選

酸辣湯

踏入冬天，喝碗熱湯馬上暖笠笠，是最窩心的享受。本欄今期特別推介酸辣湯食譜，看似複雜的一道上海菜，也可輕鬆自家炮製，簡單配搭麵條或餃子，又開胃又暖身。

材料

冬菇絲	35 克
冬筍絲	35 克
木耳絲	35 克
豬肉絲	50 克
海參絲	35 克
海蝦仁	50 克
青豆	15 克
豆腐絲	60 克
雞蛋	1 隻
雞湯	650 克

調味

幼鹽	2.5 克
雞粉	1.5 克
豆瓣醬	15 克
米醋	25 克
生粉	25 克
老抽	5 克
辣椒油	少許

方法

1. 將以上乾貨材料泡發，洗乾淨切絲
2. 將食材用開水過水一遍
3. 放入雞湯、食材及調味料，燒開，用生粉勾芡，將雞蛋慢慢放入，攪拌成蛋花
4. 最後放入米醋和老抽，攪勻，淋上少許辣椒油

貼士

將所有食材烹調完成才放入黑醋；如過早加入，會流失黑醋的味道。



食譜提供
馬會跑馬地新會所
「三甲」主廚袁國興