

文 / 王晓亚
摄影 / 王晓亚

海参鸭

海参鸭是一道营养价值很高的菜。不仅有许多药材加入其中，更有鸭肉和海参。鸭肉配合海参有人可能会觉得味道太重。但其实正好相反，两者合二为一的时候，腥味都被彼此盖了过去，味道刚好，很合口味，是一道值得一试的美味佳肴。

胡友明师傅提醒大家，焖鸭时要用中火。



海参鸭

材料：桂皮5克、八角5克、川弓5克、东归5克、蒜头肉15克、鸭半只、海参8片、猪脚根5根、西芹50克、香菇30克。

做法：

- ①将鸭子先用黑酱油抹一层。
- ②然后放入锅中炸5分钟。
- ③将桂皮、八角、川弓、东归以及蒜头肉，配合清水，将炸好的鸭子取出放蒸笼用慢火蒸2个钟头。

- ④蒸完将鸭和汁取出备煮。
- ⑤将油、蚝油、味精、黑酱油、盐、酱青爆香。
- ⑥加入清水300克和鸭汁一起煮开。
- ⑦之后，加入鸭、海参、猪脚根、香菇、西芹煮开。
- ⑧最后勾芡即可上桌。

小贴士

鸭子必须选择1.8公斤到2公斤的。这个重量的鸭子不会太老也不会太小，刚刚好。

鸣谢：

泉馨园酒家主厨胡友明师傅。

www.facebook.com/QuanXinYuan