

報章
Press

刊登日期
Publish Date

標題
Title

相關德國寶產品
Related Product(s)

新假期
Weekend Weekly

2017-07-26

一機搞掂! 蒸氣焗爐又燒腸粉

二合一蒸氣焗爐 SGV-2617

2-in-1 Free Standing Steam Oven SGV-2617

新假期

weekend
ICHIBAN
weekly

2017/07/20

932

www.weekendhk.com
ISSN 1996-465X

盛夏 撈麵

◎ 油香豬下青, 80's 炸醬撈翻生

◎ 咖喱醬魷, 懷舊公司蟹王撈丁

◎ 鹽焗手撕雞, 太子鵝油撈粗

◎ 北京人氣秘方, \$20 迷你擔擔麵



煙韌軟心
7間台式芋圓推介



枱迷你飯饊
銅鑼灣縮水公屋

*資料來源：尼爾森媒介指標2016年中報告，綜合東方新地、新假期和新Monday每期平均讀者人數去重分析



一機搞掂！ 蒸氣焗爐 又燒腸粉



德國寶二合一
蒸氣焗爐

去酒樓飲茶，腸粉通常都是必叫的點心。但原來自家製都唔難，不用焗爐，蒸籠都慳番，有部蒸氣焗爐就得！今次教你一機速成，先用蒸烤功能做新鮮出爐 Juicy 叉燒，再用高溫蒸腸粉，咁就無論早餐、宵夜，隨時都有得食！

材料

叉燒：胸頭豬肉 400克
 叉燒醬 1湯匙
 海鮮醬 1湯匙
 生抽 半湯匙
 老抽 半湯匙
 砂糖 1茶匙
 玫瑰露酒 1茶匙
 蜜糖 適量

腸粉：粘米粉 150克
 粟粉 30克
 澄麵 15克
 水 450毫升
 油 適量
 蔥花 適量



記者 Ning

天生為食，但拒絕成為淨係識食的港女！
 因為阿媽教落：識食識煮才做到賢妻。

做法



1. 豬肉用刀背拍鬆肌肉纖維。
2. 倒入所有醃料（蜜糖除外），醃大約30分鐘。
3. 放入預熱至220℃的蒸氣焗爐，蒸烤12分鐘，再反轉蒸烤10分鐘。
4. 取出塗上蜜糖，再用100℃蒸氣烤8-10分鐘即成。
5. 叉燒放涼後再切粒備用。
6. 預備粉漿，將粉類混合，加水攪拌至無粉粒。
7. 在蒸盤上掃油，倒入薄薄一層粉漿，用100℃蒸氣蒸3-4分鐘。
8. 取出放上叉燒粒、蔥花等配料，再蒸2-3分鐘。
9. 用膠刮捲起成腸粉即成，如此類推直至粉漿用完。

Tips

- 建議可把豬肉醃過夜，會更入味。
- 將粉漿過篩，可令腸粉皮更滑；每次倒入粉漿前亦須攪拌均勻，避免粉漿沉澱。
- 腸粉餡料搭配可按個人喜好更改。