

蟹家菜 豬肝炒蜆煲

砂鍋豬肝炒蜆這道蟹家菜甚具風味，豬肝和蜆的味道出奇地配合，再加上芫荽，簡單是天作之合。

水上人獨有的心得用豬肝炒蜆，做法是先以砂碼爆香料頭，放入豬肝，貪豬肝便宜又補血，加入很多很多很多的香蔥和芫荽，瀆上米酒，蓋上蓋煮蜆直至開口，禮成。

這道蟹家菜不能沒有芫荽，芫荽與蜆是天作之合，蓋一打開，香氣四溢，一試，大膽說句可能是最精采的沙蜆做法之一。



材料：

沙蜆	600-700克
豬肝	250-300克
薑	數片
青蔥	1-2棵
芫荽	2-3棵
紹酒	約60-70毫升
白胡椒粉	少許

做法：

1. 豬肝泡水數次，瀝乾後切片，以粟粉搓勻以篩走髒物。（圖A）
2. 將豬肝放在水喉下緩緩沖洗，「啤水」起碼十分鐘後瀝乾。
3. 沙蜆泡鹽水吐沙，以粟粉搓勻後沖水洗淨，備用。（圖B）
4. 將洗淨後的豬肝切成蓉（可保留1/3切粒增加口感）。
5. 薑、芫荽和蔥花同樣切碎，蔥白分開盛起。
6. 以油起鍋，先爆炒薑蓉。
7. 下豬肝炒至轉色，下紹酒浸煮至滾，添進蔥白。
8. 沙蜆下鍋與豬肝兜勻，把蜆肉攤勻分佈，關上鍋蓋煮2至3分鐘。
9. 見蜆打開後，下一點香胡椒粉，撒上蔥花、芫荽即成。（圖C）

筆記：

1. 享用完蜆肉和豬肝後，剩下的湯汁用來炒飯或炒米粉，至汁料收乾又成了一道主食了。
2. 豬肝正常顏色是褐紅色，優質豬肝顏色紅潤，肝臟變黃即是肥膏（脂肪）太多。
3. 先將豬肝「啤水」來沖洗血管裏的血水去除臊腥味，還必須切去筋。

