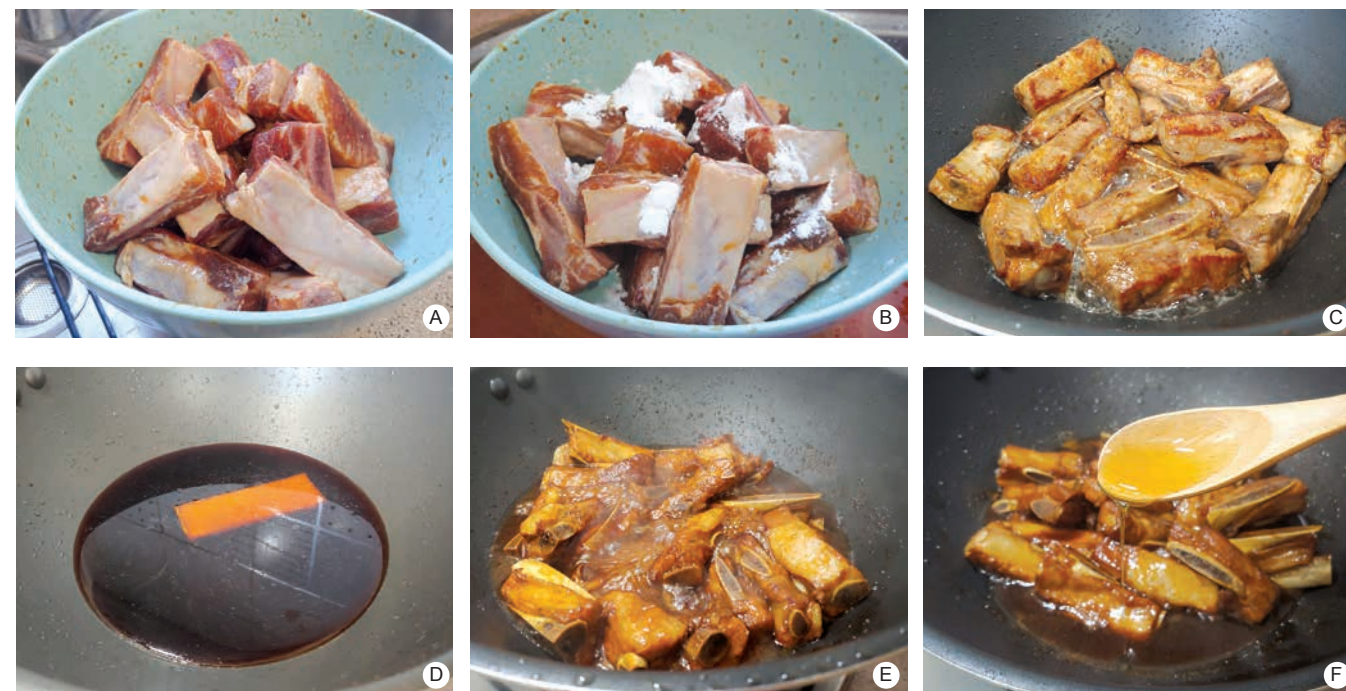


蜜香鎮江骨

老公點菜話好耐無食過鎮江骨，喜歡骨肉相連的食味，男性無論任何年紀都喜歡濃味菜式。

今次將傳統鎮江骨調味加入蜜糖，令整個菜式抹上一層光亮和添上蜜味，真正色、香、味全。



材料：

急凍一字排骨 1100克

調味汁料：

鎮江醋 130毫升
片糖 1片
蜜糖 2湯匙
生抽 3湯匙
老抽 1湯匙
紹酒 2湯匙
水 適量
(將近蓋過排骨便可)

醃料：

生抽 2湯匙
糖 2茶匙
紹酒 2湯匙
生粉 1湯匙(後下)

做法：

1. 排骨切件洗淨瀝乾，加入醃料拌勻醃1小時。(圖A)
2. 排骨倒去多餘的醃汁，下1湯匙生粉撈勻。(圖B)
3. 易潔鑊下油燒熱，下排骨煎至四面金黃微焦；撈起瀝去油份。(圖C)
4. 鍋加入調味汁料加適量水煮滾，下排骨。(汁料幾乎蓋過排骨便可；如水不夠可添加少許)(圖D)
5. 汁料滾起後，轉最慢火炆約40分鐘，中途可開蓋翻炒一次，同時一次查看水份；如太乾時稍為添加水量。(圖E)
6. 40分鐘後開蓋，最後加入蜜糖，調整酸甜味後大火煮至收汁便完成。(圖F)

筆記：

1. 宜選用帶肥的急凍一字排骨。
2. 排骨臨煎煮前才撈生粉，有助鎖緊肉汁。