

電飯煲版 花生燜鮑汁雞腳

其中一款到茶樓必吃的點心，就是鮑汁雞腳。

雞腳要用鹽焯洗，再飛水煮出浮沫，令雞腳乾乾淨淨，才食得安心。

在家中可以用電飯煲簡單燜煮，炒香配料，倒入電飯煲，按3次電飯煲制，攪掂。

要多汁、多花生，唔該！



材料：

急凍雞腳	14隻
花生	約100克
清水	1000-1200毫升
紹興酒	1茶匙（飛水用）
鹽	適量

配料：

油	適量
蔥	1條
薑	3-4片
八角	1粒
蒜頭	3瓣

調味醬料：

鉅利生抽	3湯匙
鉅利醬油	2湯匙
蠔油	1湯匙
鮑魚汁	1湯匙
冰糖	20克
五香粉	少量（可不加）



做法：

1. 花生洗淨浸水過夜；第二日，倒掉浸花生的水，再過水一次。
2. 電飯煲放入一張濕透廚房紙，加入花生按煮飯制直至完成，備用。
3. 雞腳解凍後，浸淡鹽水1小時，再用鹽焯洗乾淨，剪去指甲，沖水洗淨。
4. 凍水放入雞腳飛水，加入紹酒1茶匙，煮至釋出浮沫，撇去浮沫後取出雞腳放水中降溫，輕力沖洗乾淨，以免弄破雞皮，瀝水後風乾半小時。
5. 熱油爆炒配料，薑及蔥爆至微焦，聞到香氣後，加入雞腳煎煮一會。
6. 放調味醬料和清水（約1000~1200毫升），最後加入花生煮滾，全部材料倒入電飯煲，水量剛好浸過材料3/4左右，按「快煮」制，第一次完成後，再多按1次（每次30分鐘），關蓋焗2小時。
7. 臨吃前再多煮1次（前後共煮3次，1小時30分鐘），直至雞腳軟腩即可，如想醬汁更濃稠，可煮多1次。

筆記：

1. 雞腳飛水加紹酒去除雪味，及煮出浮沫及血水，令不好的味道釋出。
2. 煮雞腳時不要經常翻撥，以免雞腳溶爛，影響賣相。
3. 水量不需要完全蓋過雞腳，約一半再多一點點就夠。