

恩光美女廚神(子迅媽媽)簡易賀年糕點食譜二：

至營蘿蔔糕食譜

材料：

白蘿蔔 1 公斤

粘米粉 190 克

粟粉（生粉） 4 湯匙

瘦肉 80 克

蝦米 55 克

瑤柱 55 克

浸過蝦米及瑤柱水（或清水）3/4 杯

胡椒粉 少許

雞粉 半茶匙

鹽 半茶匙

做法：

- 瘦肉洗淨，切粒，調味後待用。
- 蘿蔔去皮，刨粗絲
- 蝦米洗淨，浸軟，可稍為切粗粒（或用小的蝦米不切也可）。
- 瑤柱，浸軟，減絲。
- 用一大碗把粘米粉和粟粉預先拌勻，過篩，備用。
- 燒熱 2 湯匙油，用中火爆香瘦肉，然後加蝦米，繼續爆透，直至聞到香味，加瑤柱絲，快炒，關火，盛起備用。
- 另燒熱 2 湯匙油，加入蘿蔔絲炒勻。灑下少許胡椒粉、半茶匙雞粉及半茶匙鹽，倒入 3/4 杯蝦米及瑤柱水。
- 然後加入九成已爆香的配料炒勻，加蓋煮至蘿蔔絲軟身，約 2-3 分鐘。
- 預備糕盤，噴上或塗上少許油，防黏，方便脫模。
- 蘿蔔絲軟身後，離火，隨即加入粘米粉和粟粉，搞拌成為生熟粉糊。
- 把粉糊倒入一已抹油的 8 吋直徑的糕盤內，最後把餘下一成的配料鋪在粉糊上，用匙羹掃平表面。
- 放入鑊中，蓋上鋁箔紙，用大火隔水蒸 45 至 60 分鐘。
- 用筷子插進蘿蔔糕中央，如筷子沒粉漿黏著，表示已熟透。
- 冷卻後，切件煎香兩面，即可享用。

溫馨提示：

選購蘿蔔心得：

蘿蔔一定要重身，代表多水。

皮薄透明、光滑，代表幼嫩。

製作心得：

粘米粉和粟粉需預先過篩，令質感更滑身。

粟粉可令糕身更挺身。

