酸甜開胃

柚子蜜雞翼

各位雞翼控注意！各位雞翼控注意！雞翼食譜來了。

柚子蜜除了可以用來沖調飲品之外，還可以配合雞翼，做成柚子蜜雞翼，只要加點創意，就能做出一款新的雞翼食譜了，味道酸酸甜甜，十分開胃，無論大人還是小朋友都十分喜歡。

步驟

1. 把雞翼洗淨抹乾，用生抽、老抽、紹興酒、鹽、胡椒粉及生粉醃30分鐘。

2. 燒熱鍋後，加入少許油，再加入雞翼用中火煎至兩面金黃色及熟透。

3. 將柚子蜜及1湯匙水拌勻，然後加入鍋中跟雞翼炒勻。

4. 上碟後灑上白芝麻便完成。

材料

醃料

老抽	1茶匙	生粉	1/2湯匙
生抽	1茶匙	紹興酒	1/2湯匙
鹽	適量	胡椒粉	適量

健康小貼士

- 柚子蜜功效多多，有助消化、健脾、理氣化痰、潤肺清腸，還能治口淡、消化不良等症，而柚子蜜中的柚子皮還有順氣、去油解膩等功效。

作者 Mei So

愛生活、愛下廚、喜歡烹飪和分享家庭美食，享受當中的小確幸！