

# 大牌檔風味 豉椒炒蠔子王 + 煎米粉



作者 味吉

被正職耽誤了的愛妻御廚，吃是最大興趣，其次是煮飯仔。



雖然立秋已過，但天氣還是十分炎熱，熱氣騰騰，家人們「飯」慾驟減，動動腦筋弄個大牌檔煎米粉作為澱粉質的替代品。煎米粉的標配當然是「豉椒炒」，逛街市遇上蘇格蘭蠔子王，二話不說買了一斤。

## 醬汁

- 辣豆瓣醬 1湯匙
- 沙茶醬 1湯匙
- 糖 1茶匙

加入同等分量的清水攪拌均勻



## 材料

- 蘇格蘭蠔子王 1斤
- 米粉 3餅
- 豆豉 1湯匙 泡水浸軟
- 乾蔥頭 2個 切碎
- 蒜蓉 1湯匙
- 青椒紅椒 隨意



6 ● 蠔子王洗淨放入熱水十秒左右，脫殼後即撈出，浸冰水降溫備用。



7 ● 熱鑊冷油，用文火把蒜蓉乾蔥頭豆豉炒香，當蒜蓉轉至金黃色及嗅到其香味時，加入調好的醬汁一併炒香。



8 ● 當醬汁釋出香味時，加入適量紹酒把醬汁推開，之後再加入半碗水，轉大火把醬汁燒開，倒入已氽水的蠔子王和青椒快炒至均勻。趁熱把米粉餅切塊，然後倒上豉椒炒蠔子即完成。

## 步驟

1 ● 先處理米粉底，燒一鍋熱水，放入米粉關火，浸大約兩至三分鐘，把米粉餅弄散，切忌把米粉煮至全熟，撈出瀝水，然後用濕毛巾覆蓋。



2 ● 讓米粉慢慢降溫，靜待大約5至10分鐘，讓米粉變得鬆身有彈性，又不會黏在一起。

3 ● 熱鑊冷油，油要下多一點，放入米粉，中細火煎至定型。



4 ● 鑊鏟抹點油防黏，稍為移動一下，如果所有米粉結成一餅即可，煎至金黃色，然後反面再煎。



5 ● 青椒紅椒切件，熱水氽一分鐘，辟走草青味。

## 小貼士

把整片大麵餅翻面對新手可能有點困難，取一隻碟比麵餅大一點，覆蓋住麵餅，然後按住碟翻轉整個鑊，再把翻過來的麵餅滑回鑊中，就可以完美把米粉翻過身來。