



# 龍皇白玉環

夏天又到了，今期我們非常榮幸邀請到「食物安全『誠』諾」計劃的伙伴「御名軒」天后分店的大廚陳家駒師傅親身示範一道以時令節瓜為主的夏日菜式「龍皇白玉環」。



## 製作步驟

## 小心得，大智慧



### 收

首先向認可及可靠的來源購買急凍蝦仁、急凍帶子、急凍珊瑚蚌、新鮮龍蝦及其他配料。

仔細驗收貨物以確保新鮮。急凍海鮮須存放於攝氏零下18度或以下的雪櫃。



### 洗

節瓜須沖洗乾淨及去皮。

清除表面沙泥雜質及去皮備用。



### 解凍

將急凍蝦仁、急凍帶子、急凍珊瑚蚌放於攝氏4度或以下的雪櫃解凍。

在攝氏4度或以下的雪櫃進行解凍，不單安全，還可保存海鮮的鮮味。



### 切

將兩個節瓜切成數段並挖空成環狀。

環狀節瓜及切粒的配料較易徹底煮熟。

配料：急凍蝦仁(3隻)、急凍帶子(2隻)、急凍珊瑚蚌(2隻)切成粒狀。



## 焯

將蝦粒、帶子粒、珊瑚蚌粒放入沸水焯熟後瀝乾備用。

用焯的煮食方法較易確保食材徹底煮熟，另外亦較生炒的方法節省時間。



## 煮

用雞湯以慢火將節瓜環煮熟備用。

烹煮節瓜時要有耐心，用慢火煮至6-7成熟後熄火並蓋上煲蓋，利用熱湯慢慢浸熟節瓜，以確保節瓜環入味及保持堅挺。



## 炒

- 新鮮龍蝦拆肉後的蝦殼爆香後加入純牛奶、熱水，用鹽、糖、雞粉調味煮成湯備用。
- 以生油起鑊把食材炒香後釀入節瓜環內。

- 每日新鮮熬製確保色香味俱全。
- 用鑊快炒可使食材更可口及確保食材徹底煮熟。



## 澆

煮熟龍蝦湯並勾芡，將龍蝦湯上碟，澆上鮮忌廉，在湯面放上節瓜環即可食用。

鮮忌廉要注意食用日期及貯存溫度。

## 陳師傅分享：

1. 選用的食材一定要新鮮，急凍海鮮材料要放於4℃或以下的雪櫃內解凍，才可保持最佳的狀態。
2. 龍蝦湯要每日新鮮配製並且盡快使用才可保證其鮮味及色澤明亮。除了使用適量的糖、雞粉、鹽作調味以外，可放一點芝麻及芫茜以去除龍蝦的腥味。
3. 鮮忌廉要貯存於4℃或以下的雪櫃內，必須留意食用日期，開蓋後要盡快使用完畢。

