

MOON 滿貫廳

開邊清蒸東星斑 Steamed spotted garoupa

<u>材料</u> <u>Ingredients</u>	<u>份量</u> <u>Quantity</u>	<u>調味料</u> <u>Seasoning</u>	<u>份量</u> <u>Quantity</u>
東星斑	800 克	雞粉	3 茶匙
芫茜水	240 克	生粉	3 茶匙
蔥絲	少許	生抽	200 克
薑絲	少許	油	100 克

芫茜水:

<u>材料</u> <u>Ingredients</u>	<u>份量</u> <u>Quantity</u>
芫茜	500 克
水	1000 克

製作過程:

(原條開邊蒸)

- 選擇靚魚注意事項：留意魚眼必須閃亮、魚身沒有損爛及飽滿
- 開邊蒸好處：受熱均勻、魚皮完整、不會沾上太多豉油、製作時間減少。
(對比原條蒸可縮減約 4 分鐘時間)

步驟一:

- 魚尾橫向切一刀、再用刀尖由肚的下身開刀至魚頭位、將刀貼實大骨去；
- 開好後用刀背用力押斷頸位、再將大骨輕輕切斷兩段(避免蒸後魚身翹起)。

步驟二:

- 在開好的魚身上塗少許油、塗至均勻備用；
- 放小蔥上碟→再放魚→最後放薑絲→蒸約 6½ 分鐘。

步驟四: (調教蒸魚豉油)

- 先將芫茜水下鑊、再落冰糖開大火、煮至溶化；
- 冰糖溶化後轉至細火、落生抽及雞粉、將所有調味料攪至均勻；
- 燒猛油、將燒好的猛油均勻落至蒸好的魚上；
- 最後落調好的蒸然豉油及蔥絲即可