

THỊT GÀ, THỊT LỢN HÀM BÍ ĐỎ

1. Nguyên liệu

- Thịt gà lườn: 0,3 kg
- Thịt mỡ sấn: 0,2 kg
- Bí đỏ: 0,3 kg
- Hành khô
- Bột canh
- Nước mắm
- Dầu thực vật

2. Cách chọn nguyên liệu

- Thịt gà lườn có màu vàng, thịt tươi ngon không có mùi hôi.
- Thịt mỡ sấn có màu hồng, ấn tay vào thịt có sự đàn hồi. Thịt không chảy nước.
- Bí đỏ vỏ cứng, có màu cam không bị hỏng.
- Hành khô tươi ngon không dập.
- Bột canh, nước mắm, dầu thực vật có nguồn gốc và hạn sử dụng in trên bao bì



3. Cách sơ chế

- Thịt gà, thịt mỡ sấn rửa dưới vòi nước, thái miếng nhỏ trần nước sôi, rửa lại cho sạch. Sau đó xay nhỏ từng loại và để riêng ướp với bột canh.
- Bí đỏ rửa sạch dưới vòi nước, gọt vỏ, bỏ ruột, rửa lại và thái miếng mỏng và nhỏ.
- Hành khô bóc vỏ, rửa sạch xay nhỏ.



4. Cách chế biến

- Bắc chảo lên bếp đổ dầu thực vật vào đun nóng cho hành khô vào phi thơm cho thịt gà vào xào săn xức ra để riêng. Tiếp theo cho thịt mỡ sấn vào xào săn lại cho nước nóng vào ngang mặt thịt đun sôi khoảng 10 phút thì cho thịt gà, bí đỏ vào đun sôi lại đậy vung hầm nhỏ lửa khoảng 20 phút thấy thịt chín mềm nêm lại gia vị và tắt bếp.

5. Yêu cầu cảm quan

- Món ăn có màu vàng óng. Mùi vị thơm ngon, béo ngậy của thịt kết hợp với vị ngọt của bí đỏ.

