

# 碧綠白玉卷



簡單便是美，入廚亦然。

一桌大菜也要清泉洗滌味蕾，碧綠白玉卷就是擔當這重要角色。



### 材料：

大白菜	1個
免治豬肉	200克
冬菇	3隻
粟米粒	適量

### 醃肉調味料：

生粉	1茶匙
糖	1/2茶匙
胡椒粉	少許
生抽	1茶匙
廚酒	1茶匙
薑汁	1茶匙
油	1茶匙

### 做法：

1. 免治豬肉加入胡椒粉，糖，生粉，生抽，廚酒，薑汁，撈勻。
2. 再加入粟米，冬菇，油撈勻醃30分鐘，備用。
3. 白菜洗乾淨，切去根部大約5厘米左右，留作擺盤用。白菜葉可再切去末端較硬身位置，稍後捲肉時較易操作。(圖A)
4. 鍋下水煲滾加鹽，放入白菜略煮，菜稍煮至軟身，即可撈起，放在笊箕待涼。(圖B)
5. 白菜葉放涼後，開始包肉餡，取一塊白菜葉鋪平，將肉餡放在白菜末端，慢慢捲起，將上端散開的菜葉收在中間，捲好後將收口向下放在碟上，剩餘的以同樣方法全部捲好。(圖C+D)
6. 將白菜頭放在碟中間，白菜卷圍在邊上。
7. 蒸鍋落水煮滾，大火隔水將白菜卷蒸大約10-15分鐘，(蒸的時間視乎肉餡多少，自行調整)，蒸好後可隔出菜汁。
8. 另起鑊加少許油，加入菜汁和適量雞湯(或清水)，加入1茶匙生抽，少許鹽調味，煮滾後埋獻淋在白菜卷上，最後可加入紅椒絲，甘筍絲裝飾即成。(圖E)

### 筆記：

1. 切出來的白菜末端，可在平的切口上用刀稍為切一下，型造花瓣大小不一的感覺，和蒸之前稍稍撥開每塊菜梗，蒸好後賣相更佳。
2. 肉餡可換上入不同的肉類和材料配搭。