

季軍 鮮魚頭煲豆腐

材料

碧湖鱧魚頭 1 個
薑 4 片
凍豆腐 4 塊
菠菜 6 顆
金針菇 100 公克
高湯 1000 公克

調味料

米酒 1 杯
醬油 1 杯
山胡椒 10 公克

做法

1. 大頭鱧魚頭清理洗淨切半抹上米酒、醬油醃漬 10 分鐘後，起油鍋以高溫將魚頭均勻炸成金黃色後取出，置入冷水中將油漂淨備用。
2. 菠菜洗淨切段，凍豆腐洗淨切塊。
3. 將鱧魚頭放入砂鍋中並擺入凍豆腐、金針菇、山胡椒，再注入高湯、米酒，以中火煲 20 分鐘再放入菠菜即可。

