

參想事成

材料

已發海參	200 克	雞胸肉	100 克(切絲)
薑	數片	紅蔥頭	2 粒(切片)
中國芹菜	2 棵(切碎)	甜彩椒	各半個(切絲)

調味

醃料:		芡汁:	
生抽	2 茶匙	蠔油	1 湯匙
麻油	少許	生粉	1 茶匙
薑汁酒	1 茶匙	雞粉	2 湯匙

做法

- 1) 海參先汆水備用。
- 2) 雞肉用醃料拌勻。
- 3) 起鑊下一湯匙油燒熱，放入薑和蔥頭炒香。
- 4) 最後加入有蔬菜炒勻，下芡汁炒至熟透。