



家常豆腐

豆腐是相當神奇的食物，淡而無味，卻能做出許多不同的美味，連臭豆腐都甚得老饕喜愛。

豆腐的吃法有簡有繁，最簡的莫如小蔥拌豆腐、皮蛋拌豆腐、柴魚拌豆腐，只要將豆腐用滾水燙過涼透了以後，加上上述材料，再加醬油、麻油拌食即可；如不嫌麻煩，用高級配料可做出可以上酒席的畏公豆腐和熊掌豆腐等。

豆腐因本身無味，配香菇、金針、木耳、筍片、肉片、火腿、蝦米，使它產生鮮味；如配青蒜、青蔥、紅蘿蔔、豌豆夾、番茄，則是取其鮮艷的色彩。用家裡現成的材料和豆腐一起燒，就成家常豆腐。關於烹調，江南有「千篤豆腐萬篤魚」的說法，即這兩樣東西都需要較長的火候，才能入味好吃。



材料：傳統豆腐一塊，絞肉、筍片、香菇、青蔥、豆夾、青蒜……皆可選適量，鹽、醬油適量。

做法：豆腐切大塊，在油裡炸過撈起（這樣不容易破）。

爆香蔥、蒜之後，任選的配菜下鍋翻炒，加鹽、醬油、半碗清水，煮開以後豆腐放下去，用鍋鏟將豆腐與配材撥勻，然後用小火燜煮，煮約十來分鐘，起鍋前淋一點油，勾一點芡即成。

『邱七七速簡私房菜』讓你在家也可享受道地的名廚美饌。

定價新台幣 320 元(另附掛號郵資 60 元)

郵政劃撥 00059300 豐年社

