

洋蔥薯仔豬扒

Costeleta de porco com cebolas e batatas Pork chop with onion and potatoes

材料

梅頭豬扒	4 塊
薯仔	3個
洋蔥 (切塊)	1/4個
乾蔥茸	2 茶匙

醃料 1

蛋白	1個
醬油	2 茶匙
老抽	2 茶匙
砂糖	1/2茶匙
胡椒粉	1/2茶匙

醃料 2

生粉	1 茶匙
生油	1 茶匙
清水	1 湯匙
麻油	數滴

調味料

蠔油	3 湯匙
老抽	1 茶匙
砂糖	1/4 茶匙
鹽	1/4 茶匙
清水	220毫升

製作方法

1. 豬扒洗淨，切去筋，加入醃料1，放雪櫃下格備用。
2. 薯仔去皮，切角，用少許油煎至表面金黃，盛起備用。
3. 取出豬扒，拌入醃料2。
4. 原鑊爆香洋蔥及乾蔥茸，放入豬扒用中火煎至兩面金黃，下調味料煮滾。
5. 薯仔回鑊，改慢火燜15至20分鐘，或至薯仔熟透及汁液濃稠，即成。

Ingredientes

Costeletas de porco	4
Batatas	3
Cebolas (em pedaços)	1/4
Cebolinha moída	2 colheres de chá

Molho 1

Clara de ovo	1
Molho de soja	2 colheres de chá
Molho de soja escura	2 colheres de chá
Açúcar	1/2 colher de chá
Pimenta	1/2 colher de chá

Molho 2

Amido de milho	1 colher de chá
Óleo	1 colher de chá
Água	1 colher de sopa
Óleo de gergelim	Algumas gotas

Tempero

Molho de ostra	3 colheres de sopa
Molho de soja escura	1 colher de chá
Açúcar	1/4 colher de chá
Sal	1/4 colher de chá
Água	220 ml

Método

1. Lavar as costeletas de porco, misturá-las com o molho 1 e guardá-las no frigorífico.
2. Descascar as batatas e cortar em fatias grossas. Aquecer o óleo na frigideira e fritar as batatas até alourarem. Retirá-las e colocá-las à parte.
3. Tirar as costeletas do frigorífico e misturá-las com o molho 2
4. Espalhar o alho e a cebolinha na mesma frigideira. De seguida, juntar as costeletas e fritar dos dois lados, em lume médio, até dourarem. Temperar e deixar até levantar fervera.
5. Juntar as batatas fritas. Baixar o fogo baixo e cozinhar durante 15 a 20 minutos, até as batatas estarem bem cozidas e o molho ficar engrossado. Sirva-se quente.



Ingredients

Pork chop	4 pieces
Potatoes	3
Onion (sliced)	1/4
Grated shallot	2 teaspoons

Marinade 1

Egg white	1
Soy sauce	2 teaspoons
Dark soy sauce	2 teaspoons
Sugar	1/2 teaspoons
Pepper	1/2 teaspoons

Marinade 2

Cornstarch	1 teaspoon
Oil	1 teaspoon
Water	1 tablespoon
Sesame oil	few drops

Seasoning

Oyster sauce	3 tablespoons
Dark soy sauce	1 teaspoon
Sugar	1/4 teaspoon
Salt	1/4 teaspoon
Water	220ml

Method

1. Rinse pork chop. Trim off the tenderloin. Mix well with marinade 1. Set aside in the fridge.
2. Peel potatoes and cut into wedges. Heat oil in wok and fry potatoes until brown at the surface. Remove and set aside.
3. Remove pork chop and mix in marinade 2.
4. Add onion and shallot in the same wok. Add pork chop and fry over medium heat until both sides turn golden brown. Add seasoning and bring to the boil.
5. Add fried potatoes. Reduce to low heat and simmer for 15 to 20 minutes, or until potatoes are cooked and the sauce is thickened. Serve.