

做法

材料

炒 鮮 奶

- 100克蝦
- 10克 金華火腿
(先蒸，後切成小方塊)
- 100克雞肝(切成小方塊)
- 25克 果仁類(炸)
- 11 隻蛋白
- 1/4 茶匙 鹽
- 2 茶匙 生粉
- 10茶匙 菜油
- 400毫升鮮奶
- 數片生薑

1. 將雞蛋去殼，取出蛋白，拂勻；鮮奶加入鹽及生粉；再加入蛋白，拌勻；
2. 把蝦洗淨，浸入蛋白內；雞肝洗淨後，用水灼熟，盛起及隔去水份；
3. 燒熱四茶匙菜油，以中猛火爆香薑片；再加入蝦及雞肝，炒熟後，加入獻汁，盛起；
4. 燒熱六茶匙菜油，用慢火煮鮮奶，慢慢加入鮮奶，在同一的方向拌勻鮮奶至厚狀；加入蝦及雞肝，再加入金華火腿；煮片刻後即可上碟；最後加入任何果仁類。



Leite frito

Ingredientes

- 100g. de camarões, descascados
- 10g de presunto chinês, em cubos, cozidos em banho-maria
- 100g de pedaços de fígado de frango, em cubos
- 25g de amêndoas
- 11 claras de ovos temperadas com:
- 1/4 de colher chá de sal, ou q.b.
- 2 colheres de chá de farinha de trigo
- 150ml de óleo vegetal
- 400ml de leite
- Pedacos de gengibre

Confecção

1. Bater 11 claras de ovos. Adicionar o sal e a farinha de trigo no leite. Agitar e misturar bem.
2. Temperar os camarões com a marinada e deixá-la por um instante. Cozer bem os fígados de frango na água fervida, retirá-los e escoá-los.
3. Aquecer o wok com 4 colheres de chá de óleo vegetal em fogo médio, ou até que pequenas borbulhas comecem a aparecer, e colocar um pedaço de cebolinha ou gengibre. Colocar os camarões e os fígados de frango e fritar apenas o suficiente para selar os sucos. Remover e escoá-los bem.
4. Aquecer o wok com 6 colheres de chá de óleo, em fogo baixo apenas para aquecer. Aumentar gradualmente o leite, agitando-o apenas numa direcção e até ficar espesso. Acrescentar os camarões, o fígado do frango e o presunto. Cozinhar, agitar até que o leite esteja cozido. Colocar numa travessa. Polvilhar as amêndoas e servir.

Fried milk

Ingredients

- 100g shrimps, shelled
- 10g Chinese ham, (steamed and diced)
- 100g chicken liver, (diced)
- 25g nuts, (deep-fried)
- 11 egg whites marinade
- 1/4 tsp salt
- 2 tsp cornstarch
- 10tsp vegetable oil
- 400ml milk
- a few slices of ginger

Directions

1. Beat 11 egg whites. Add salt and cornstarch into milk. Stir in egg white and mix well.
2. Mix the shrimps with the marinade and let stand. Cook the chicken liver in boiling water until barely cooked, remove and drain.
3. Heat 4 tsp of the vegetable oil in a wok (medium heat), put in a few slices of ginger into the oil. Add the shrimps and chicken liver, and fry just long enough to seal in the juices. Remove and drain well.
4. Heat 6 tsp oil in the wok (low heat). Gradually add the milk, stirring in only one direction until the milk thickens. Add the shrimps, chicken liver, and ham. Cook, stirring until the milk is cooked. Remove in a dish. Sprinkle with the deep-fried nuts, and serve.