

醬烤鰻魚蒸蛋雜炊佐嫩薑芥汁



鰻魚，學名鰻鱺，是傳統名貴魚類，也是世界上最神祕的魚類之一。它的生長過程極為奇特，先是在海水中產卵成苗，後又進入淡水成長。鰻魚在“絕食”一年半後仍能生存，養殖的鰻魚壽命可長達50年。鰻魚的營養價值非常高，所以被稱作是水中的軟黃金，從古至今均被視為滋補、美容的佳品。除了大家所熟知的鰻魚飯外，鰻魚蒸蛋也是驅走嚴寒，保持充沛精力的美味佳餚。

食材準備（配方比例僅供參考，可依實際情況斟酌微調）

全蛋液	昆布	柴魚片	水	一番高湯	味醂	淡味醬油	鹽
300g	20g	30g	1L	600ml	30ml	45ml	適量
醬烤鰻魚	芋頭	牛蒡	鮮香菇	鴻喜菇	八方煮汁	薑汁	溶水太白粉
1尾	200g	100g	3朵	適量	適量	適量	適量

高湯製作

昆布先放入水中浸泡備用，準備1L的水將已備妥的昆布加入鍋內，以中火加熱，當昆布表面開始覆滿氣泡即可關火，取出昆布後立即放入柴魚片，靜待柴魚片完全沉入高湯時，將柴魚片及浮渣撈出，以棉布過濾後即為一番高湯。



雜炊備料製作

芋頭煮軟切細丁，牛蒡切薄片以熱水川燙備用，鴻喜菇剝細並將鮮香菇切四等分後一同川燙備用，將以上備料入鍋子以八方煮汁（八方煮汁是以高湯8~14對醬油1、味醂0.8、清酒0.2為比例調配而成）蓋過備料烹煮入味撈起備用。



蛋糊製作

將EZ egg 冷藏全蛋液和一番高湯輕輕調勻，加入味醂、淡味醬油、鹽調味調勻。

嫩薑芥汁製作

除了薑汁和溶水太白粉外，其餘芥汁食材先行置爐火上以中火加熱，沸騰後再以溶水太白粉勾芡，最後加入薑汁。將煮入味的雜炊備料放入砂鍋內，加入蛋糊後以蒸籠中火加熱蒸熟，時間設定20分鐘，約15分鐘加入裝飾食材於表面。蒸好後將切成塊狀的醬燒鰻均勻鋪上，再淋上芥汁即完成！