

# 零失敗滑溜日式茶碗蒸



茶碗蒸 ( ちawanむし ) · 日式蒸蛋 · 日本風味小吃的一種。茶碗是日文漢字 · 即茶杯的意思 · 在日本茶碗蒸名氣很響 · 是家庭料理中頗受歡迎的菜肴之一。茶碗蒸的口味多變 · 想要有「和風」風味可加入柴魚高湯；想要營養價值高 · 則可以用雞高湯或滴雞精調味。以往在製作茶碗蒸時最難解決的表面冒泡問題 · 只要用 EZ egg 冷藏全蛋液調和 · 就能做出超光滑又鮮嫩的茶碗蒸囉！

## 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	水或高湯	淡味醬油	鹽	蛤蠣	豌豆苗	魚板	蟹肉棒
240g	720m	適量	適量	裝飾用	裝飾用	裝飾用	裝飾用

## 蛋糊製作

將 EZ egg 冷藏全蛋液與雞高湯以 1 : 3 混和 · 稍微攪拌調和即可 · 並加入適量調味料 ( 鹽或淡醬油 ) 。

## 茶碗蒸製作

先將蛤蠣各放兩顆在茶碗中 · 再輕輕倒入蛋糊。放入電鍋 · 外鍋用 1 量杯的水蒸熟 · 約莫 5~7 分鐘開蓋檢視蒸蛋是否成形 · 就可以把其他食材 ( 魚板、蟹肉棒、豌豆苗 ··· 等 ) 放在表面裝飾。蓋鍋再繼續等待電鍋跳起就完成囉！



### 小提醒：

1. 如果有使用蛤蠣、蝦仁等海鮮食材 · 可滴 1~2 滴清酒或米酒去除腥味。
2. 雞高湯也可用滴雞精取代 · 使用滴雞精就不用再加太多調味料囉！