

Steamed Pork Belly with Rice Flour over Pumpkin 香甜南瓜粉蒸肉



蒸煮
皆能

Ingredients 材料



日本南瓜 1/2個
五花腩 300克
白米 50克
暖水 50毫升

醃肉材料：

紹興酒 1湯匙
生抽 1湯匙
五香粉 1茶匙
砂糖 1茶匙
胡椒粉 1/4茶匙

Direction 做法



1. 南瓜去籽去皮，然後切片。
2. 五花腩洗淨瀝乾，然後切成 1/2 厘米厚。
3. 將白米加入 Smartech 多功能冷熱攪拌機，選擇溫度調節模式，用高溫煮5分鐘至金黃色。
4. 加入50毫升暖水將米浸至軟身，選擇攪拌速度模式，調節至「高速」，然後打碎成米碎。
5. 準備一個大碗，倒入預先打好的米漿，加入醃肉材料拌勻，加入五花腩片醃味。
6. 將五花腩片排在碗內，最後放上南瓜片。
7. 將碗放入 Smartech 智能LCD雙發熱電蒸籠，按功能鍵選擇20分鐘，利用雙發熱快速蒸煮，直至豬肉熟透。
8. 倒扣上碟即成。

小貼士

如想保持顆粒的口感，建議米不要攪拌至成粉狀。