

## 香菇食谱之海味类 12：炒蛎黄

### 12. 炒蛎黄

原料：蛎黄 300 克，水发香菇 25 克，冬笋 50 克，鸡蛋清 1 只。熟猪油 250 克（约耗 100 克），水发豌豆 15 克，鲜汤 50 克，姜米、马蹄葱、精盐、料酒、味精、水淀粉各少许。

制法：将蛎黄漂洗干净，用布搥干，放入碗内，加入蛋清、水淀粉浆匀。冬笋切成雪花片，香菇片成片。炒锅上火烧热，加入猪油，趁热锅凉油将蛎黄下锅，用手勺躺开，起锅滗油。锅内留余油少许，再置旺火上，先用姜米、马蹄葱炸锅，随即加入冬笋片、香菇片、水发豌豆及料酒、精盐、味精、鲜汤，煸炒片刻，再将蛎黄下锅，颠翻两下，起锅装盘即成。

特点：色呈乳白，鲜嫩利口。