

炸芋頭丸、烤地瓜與法式第戎芥末醬

- ◆ 準備時間：45 分鐘
- ◆ 烹飪時間：20 分鐘
- ◆ 份量：2 人份
- ◆ 食用建議：作為主菜

材料：

(A) 法式第戎芥末醬汁：

- 椰糖 150 克
- 水 80 毫升
- 香茅 40 克
- 乾辣椒 20 克
- 法式第戎芥末醬(Dijon mustard paste) 2 小匙

(B) 炸芋頭丸：

- 芋頭 200 克，蒸熟
- 雞心豆 80 克，煮熟
- 南瓜子 20 克，已烤
- 葵花子 20 克，已烤
- 西洋芹菜 50 克，切小丁
- 鹽 1/2 小匙
- 黑胡椒碎 少許

(C) 地瓜 100 克，烤熟，切長橢圓形片

(D) 裝飾：

- 沙拉生菜

做法：

- 把 (A) 中的材料一起煮滾，繼續煮到呈中度焦糖狀，加入 2 小匙法式第戎芥末醬，攪拌至混合均勻，即可作為醬汁。
- 把 (B) 中的材料放在碗中混合均勻，接著做成一顆顆的小丸子，放置一旁備用。
- 鍋內放油，熱鍋。將小丸子沾上木薯粉（樹薯粉）後，放進鍋中煎至呈金黃色。
- 把烤熟的地瓜片放在盤子中，炸好的小丸子放於地瓜上。
- 再放上 2 小匙的新鮮沙拉生菜。
- 淋上醬汁 (A)，即可享用。