

酪梨紅椒茄子卷

- ◆ 準備時間：40 分鐘
- ◆ 烹飪時間：10 分鐘
- ◆ 份量：兩人份
- ◆ 食用建議：可作為前菜

材料準備及做法：

糖醋醬汁：

白醋 200 克
紅糖 80 克
麥芽糖 80 克
泰國青檸葉 3 片
鹽 少許

做法：

- 將上述材料放到鍋中，大火煮開，轉小火慢燉，直到醬汁呈焦糖狀，離火，放置一旁待用。

酥炸粉糊：

麵粉 100 克
粘米粉 225 克
泡打粉 15 克
鹽 少許
芝麻 10 克
碎胡椒 少許
水 250 克

做法：

- 將上述材料攪拌均勻成糊狀，待用。

裝飾食材：

新鮮薄荷 5 克，切絲

酪梨紅椒茄子卷：

酪梨 1 個
紅甜椒 50 克
茄子 100 克，切片

做法：

- 將酪梨切半，去皮，把核取出，再縱向切半，總共切成 4 塊。
- 紅甜椒洗淨後，縱向切成手指大小的條狀。
- 將切好的紅椒和酪梨鋪在茄子片的一端，
- 捲起茄子片，捲好後插上一支牙籤固定，
- 鍋中倒入油，中火熱油，
- 把茄子卷沾裹一層酥炸粉糊，
- 將裹上酥炸粉糊的茄子卷輕輕放入油鍋中，
- 炸至金黃即可撈起，放在紙巾上吸取過多的油，
- 把茄子卷切半，放在碗或碟子中，
- 將糖醋醬汁淋在茄子卷上，撒上薄荷裝飾後，即可食用。