



彩園食譜：秘制 XO 辣醬 (4至6樽)

材料：元貝仔半斤（熱水浸軟後撕開）、蝦米6兩（熱水浸軟）、蝦皮（用水沖下）、魚仔（熱水浸軟）、蒜頭（切碎）、幹蔥頭（切碎）、蝦醬（1-2湯匙）、辣椒6個（切碎，可自行加減）、豉油2湯匙、紹興酒1湯匙、糖3-5湯匙（可自行加減）、油1-2碗
做法：1、用1碗油大火爆香乾蔥頭、蒜頭及辣椒，然後調成小火

2、逐步加入元貝仔、蝦米、魚仔及蝦皮，再加入酒一齊煮，同時不停兜

3、此時會發現食材將油全部吸收，可再加少許油繼續煮

4、加入蝦醬、豉油及糖煮，不停兜到均勻，至油7成乾。

5、此時試味後加入辣椒和糖（兩者可按喜好增減）

6、煮好後晾涼放入樽，隔一晚食用最佳



Executive editor : Jin Peiyun, KFCRD
執行編輯：靳培雲，群芳文化研究及發展部
Translator 翻譯：Ellen So 蘇婉媚
Typesetter 排版：Ellen So 蘇婉媚
Tel: 26167675
Email: LN.gardeners@gmail.com

You are always welcome to join us!
隨時歡迎報名成為嶺南彩園農夫！