

油角金蠔

農曆新年將至，但新冠肺炎疫情未止，加上「限聚令」實施，今年大家要盡量減少聚會及拜年活動。要感受新春的歡樂氣氛，可選擇留在家中品嚐賀年食品，以及欣賞新年節目。農曆年來臨前，善烹飪的蔡一傑教大家製作兩款賀年美食，包括「紫菜肉鬆油角」及「蜜餞金蠔」，預祝大家新春快樂。

大公報記者 溫穎芝

2020

年疫情爆發初期，蔡一傑（傑仔）開設了《傑少煮意》網上頻道，分享他在家下廚的心得，大受歡迎。他表示，明白到不少市民現時多留在家中，減少外出，因而不能經常到街市買新鮮食材，所以自己平時教授的菜式，會盡量簡單一點，或者使用那些在家中隨手便可找到的食材。他本身下廚很隨性，但農曆年將至，為了應節，傑仔教大家做兩款賀年食品，就是過年時才會出現的傳統小食「角仔」，以及在團年飯或開年飯經常見到的菜式「蜜餞金蠔」。

### 吃油角露頭角

傑仔表示，自己喜歡吃賀年食品，像蘿蔔糕、馬蹄糕、笑口棗等，但數到最喜歡的便是炸油角。傳統的油角大多是用糖、花生、椰絲做餡料。今次他示範的是「紫菜肉鬆油角」，較為另類，但與傳統的油角一樣香脆惹味。

他坦言，平時很少做糕點或用麵粉做菜式；笑言這次是為大家着想，破例示範一次。

傑仔說：「今次我用了台灣的紫菜黑毛豬肉鬆做餡料，這罐肉鬆是台灣的朋友寄給我的，他極力推介說很美味。」做中式點心，很多時會在餅皮上加豬油，此舉除了令餅皮更香外，亦可以令餅皮更鬆化，故傑仔今次都加上豬油。他說：「其實生油也可以，可能很多人怕豬油膽固醇高，但其實我們平時出街食飯，也會吃到豬油，像茶樓的點心、中式餅、雲吞麵等都有，大家食了豬油也不知道。」

至於過年為何大家愛吃油角，原來因為有「今年吃油角，來年露頭角」之意，寓意出人頭地，加上油角形狀像一個金元寶，故也有財源廣進的意思。

### 祝大家荷包滿滿

談及農曆新年，傑仔表示以往他會親自下廚招呼親朋，最難忘的一次下廚經歷，就是他一個人包辦親友30人的晚餐，足足籌備了兩天。他說：「我煮完都呆了，已經吃不下東西，因為真是太倦。」

回想小時候過新年，傑仔表示父母會為他們準備新衫過新年，他與哥哥蔡一智都好貪靚，爸媽不想他們為爭新衫打交，過年時便買同一款式的衫給他們，讓他們不用爭。

2020年各行各業都受疫情影響，傑仔表示自己有很多工作計劃都延遲或取消，他希望新一年疫情盡快過去，所有朋友的生活重回正軌，祝大家新年快樂，荷包滿滿。

圖片：視頻截圖



還有它黑豬肉鬆



# 蔡一傑教整年菜迎新歲

## 紫菜肉鬆炸油角



### 材料

黑毛豬肉鬆（加少許糖拌勻，可用其他肉鬆），低筋麵粉300克、雞蛋1隻、豬油80毫升、水約70克、糖20克



1 先將麵粉過篩。



2 糖加上雞蛋拌勻。



3 將蛋漿倒入麵粉，加上豬油。然後加水（少量逐少加入），邊拌勻邊加水。



4 麵粉揉成麵糰，蓋上保鮮紙擺放30分鐘。



5 將麵糰壓成餅皮，約2毫米厚，用模具或玻璃杯壓模。

5 炸油角至金黃色後，開大火再炸十幾秒，可令油角更香脆。



6 用餅皮包着肉鬆對摺，將邊黏上。



7 再向內逐少捲入成油角。



8 中火約140至150度，下油，放下油角，炸至金黃色，完成。

### 小貼士

- 麵粉必須過篩，讓它變得幼滑。
- 水的分量視乎麵粉情況而定，可加可減。
- 揉麵糰時不想黏手，可先在手掌撲上麵粉。
- 包油角時盡量將空氣壓出。

## 蜜運佳偶 好事來

### 蜜餞金蠔

蔡一傑示範的另一道菜式「蜜餞金蠔」，也是農曆新年經常會出現的佳餚，蜜汁與金蠔是賀年菜式中一個經典搭配。「蠔」與「豪」同音，所以「蜜餞金蠔」有「蜜運佳偶好事來」的意思，亦是因此，不少人喜歡在新春期間食蠔，貪其好意頭。



好香阿 這些蠔好漂亮阿 胖嘟嘟的



### 小貼士

- 金蠔中有一個枕，可除去，但小心不要弄破金蠔表面。
- 金蠔在湯中燉時，切記不要煮過火，令金蠔爆肚。
- 薑末、蔥頭碎及蔥白切碎一點，口感更好。

### 材料

金蠔8隻、紅蔥頭1粒（切碎）、薑3片、蔥全條、蔥白少量（切碎）、薑末、芝麻、冰糖碎5至6粒、蠔油1至2湯匙、雞湯約2杯、燒酒適量

### 金蠔調味料

生粉1湯匙、水2湯匙、生抽1湯匙、噏汁1湯匙、蜜糖1湯匙

- 1 將金蠔放入水中，用牙刷輕輕清洗表面，然後印乾水分。
- 2 燒紅鑊，下油、薑片、蔥及冰糖，爆炒。
- 3 冰糖溶後，加入雞湯、蠔油。
- 4 煮滾後，將蠔放入湯中燉8分鐘。

5 讓金蠔風乾個多小時。

### 做法

6 蠔回鑊，倒入已拌好的調味料收汁，上碟加上芝麻，即成。

- 7 落油、薑末、紅蔥末、蔥白碎，爆香。
- 8 蠔回鑊，倒入已拌好的調味料收汁，上碟加上芝麻，即成。