



Cà Tím Xào Hành

Nguyên Liệu

- 2 Cà Tím
- 10 g Tỏi/Hành Băm
- 1 muỗng cà phê Đường Trắng
- 2 muỗng canh MAGGI Dầu Hào
- 1 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 1 muỗng canh Dầu Ăn
- 5 g Hành Lá
- 1 muỗng cà phê Muối
- 1 muỗng cà phê MAGGI Nước Mắm

Nấu Ngay

1. Cà tím cắt bỏ cuống, rửa sạch rồi thái lát, luộc sơ cà trong nước sôi và một ít muối để cà tím không bị thâm đen đồng thời bớt đi mùi hăng. Vớt cà tím ra rồi dội sơ qua nước lạnh nhé.
2. Cà tím xào hành muốn có màu đẹp thì bạn cần làm nóng chảo kỹ trước khi cho dầu ăn vào, phi thơm hành tỏi băm. Tiếp đến, bạn xào đều tay đến khi cà tím chuyển màu, rồi nêm thêm hạt nêm MAGGI nấm hương nước mắm MAGGI đường và dầu hào MAGGI vào xào cùng cà tím thêm một chút là được. Lúc này cà tím đã mềm nên xào nhẹ tay thôi để món ăn được đẹp mắt gia vị phủ đều cà nhé!
3. Bày cà tím xào hành ra đĩa, trang trí thêm với hành lá và thưởng thức ngay với cơm trắng. Bạn có thể thêm vài lát ớt cho có vị cay cay, kích thích vị giác. Món ngon lại dễ làm này rất phù hợp cho những ngày bận rộn, mà vẫn đảm bảo dinh dưỡng trọn vẹn cho cơ thể đấy!

dinh dưỡng

Carbohydrate	24.44 g
Năng lượng	147.56 kcal
Chất béo	5.11 g
Chất đạm	3.68 g

🕒 12 phút

⊕ 3 người ăn