



Há Cảo Tôm Thịt



Nguyên Liệu

- 300 g Tôm Biển
- 400 g Thịt Lợn
- 1 gói Bột Há Cảo
- 1 muỗng cà phê Đường Trắng
- 50 g Hành Lá
- 10 g Tỏi
- 50 g Hành Phi Giòn
- 3 muỗng cà phê MAGGI Dầu Hào
- 50 g Rau răm
- 2 muỗng canh Dầu Ăn
- 2 muỗng canh MAGGI Nước Tương
- 0.5 muỗng canh Tương ớt

Nấu Ngay

1. Hành lá cắt bỏ gốc, rửa sạch rồi cắt nhỏ. Tôm biển bóc bỏ đầu, chân, vỏ và đuôi tôm. Dùng tăm tre rút nhẹ nhàng phần chỉ tôm ở thân. Thịt lợn mua về rửa sạch, để ráo. Băm nhỏ thịt lợn và tôm sau đó trộn với hành lá, hành khô, tỏi, 1 muỗng dầu hào MAGGI và đường. Trộn đều ướp trong khoảng 1 tiếng. Bạn cũng có thể dùng máy xay thịt để tiết kiệm thời gian hơn.
2. Trong thời gian chờ nhân thấm gia vị, bạn tiến hành làm lớp vỏ cho món ăn. Đối với há cảo, vỏ bánh là một trong những yếu tố quan trọng, quyết định độ ngon của món ăn này. Đầu tiên, bạn cho bột vào tô lớn, cho nước nóng vào từng ít một, dùng tay nhào để bột và nước quyện đều với nhau thành một khối dẻo, mịn và không dính tay là được. Trong lúc nhào, bạn cho thêm dầu ăn để bột không bị khô, có độ bóng nhẹ rồi ủ bột khoảng 5 phút.
3. Sau khi ủ xong, bạn dùng tay vo bột thành từng miếng nhỏ như quả trứng cút, cán phẳng. Lấy một lượng nhân tôm thịt vừa đủ vào giữa miếng bột. Tiếp đó, dùng tay nhúng qua chút nước và bôi xung quanh viền bột, gấp đôi lại. Bóp nhẹ để bột dính vào nhau là miếng há cảo với tạo hình sao 6 cánh cùng phần nhụy nhân tôm thịt đẹp mắt ra ra đời. Bạn lần lượt gói há cảo cho đến khi hết vỏ và nhân rồi đem hấp chín.
4. Phi thơm tỏi và hành khô trên chảo nóng đến khi vàng, cho há cảo đã hấp chín vào đảo thật nhẹ tay khoảng 3 phút. Bạn nên dùng chảo chống dính để giữ cho miếng há cảo đẹp và không bị vỡ. Cho thêm dầu hào MAGGI vào chảo, đảo đều tay khoảng 2 phút cho dầu hào phủ đều màu nâu óng ánh lên từng miếng há cảo.
5. Tắt bếp, trình bày món há cảo tôm thịt ra đĩa và thưởng thức. Món ăn thường được dùng kèm với nước tương MAGGI pha chút tương ớt cay nhẹ, thêm một đĩa rau răm là chuẩn vị nhất. Lớp vỏ bột dai nhẹ, thơm lừng dầu hào MAGGI, bên trong nhân mềm mọng nước, món quen vị lạ càng ăn càng đã.

dinh dưỡng

Carbohydrate	70.67 g
Năng lượng	713.03 kcal
Chất béo	40.52 g
Chất đạm	16.72 g

🕒 112 phút

⊕ 6 người ăn