



## Trứng Cút Ngâm Tương

### Nguyên Liệu

- 30 Trứng Cút
- 2 nhánh Hành Lá
- 2 củ Hành Tây
- 2 củ Hành tím
- 3 nhánh Tỏi
- 3 Ớt
- 100 ml Nước lọc
- 1 muỗng canh Đường Nâu
- 1 muỗng canh Mè trắng
- 1 bát Nước tương MAGGI

### Nấu Ngay

1. Đầu tiên, bạn bắc nồi nước lên bếp sau đó đun đến khi nước sôi già. Nếu bạn thích ăn trứng cút lòng đào thì nhẹ nhàng thả trứng cút vào nước sôi khoảng 1,5 phút rồi vớt ra ngay, cho trứng vào tô nước đá lạnh để nguội hẳn rồi bóc vỏ. Nếu muốn ăn trứng chín hẳn thì bạn luộc trong 3 – 4 phút. Bí quyết để lột vỏ trứng dễ dàng, lại đẹp mắt và không bị dính chính là cho một ít giấm vào nước luộc. Chất chua trong giấm sẽ làm mềm vỏ trứng, giúp bạn lột dễ dàng và nhanh chóng hơn.
2. Tiếp đến là một công đoạn rất quan trọng: pha nước tương ngâm trứng cút. Bạn pha hỗn hợp sốt ngâm bao gồm nước lọc, nước tương MAGGI, đường nâu cho vào nồi rồi bật bếp đun sôi. Nhẹ nhàng khuấy đều để đường tan hết, nêm nếm cho nước sốt sảng sảng, có vị mặn ngọt vừa miệng là được, sau đó tắt bếp để nguội.
3. Lột vỏ tỏi, hành tím và thái lát mỏng. Hành lá rửa sạch, thái nhỏ. Ớt tươi bạn cắt đôi, bỏ hết hạt cay bên trong rồi thái lát to. Hành tây lột vỏ thái hạt lựu. Sau khi nước tương đã nguội hẳn thì lần lượt cho hành tây, hành lá, tỏi, ớt, hành tím đã sơ chế và mè rang vào trộn đều.
4. Nhẹ nhàng xếp trứng cút vào hộp hoặc hũ thủy tinh có nắp đậy, từ từ đổ hỗn hợp nước tương ngâm vào ngập mặt trứng. Đậy lại bảo quản trong ngăn mát tủ lạnh.
5. Trứng cút ngâm khoảng 1 tiếng là có thể bày biện và thưởng thức được. Món trứng có lớp vỏ ngoài màu nâu, vị mặn ngọt của nước tương MAGGI, chút the cay của ớt. Gắp một quả trứng ăn cùng cơm trắng mới cảm nhận hết sự thơm ngon tuyệt vời của món ăn. Nếu bạn ngâm trứng cút lòng đào thì khi thưởng thức, lòng đỏ trứng cút sánh dẻo tuôn ra sẽ làm các nàng thêm ngất ngây đó nha!

dinh dưỡng

Carbohydrate

12.45 g

🕒 43 phút

👤 4 người ăn

Năng lượng	175.39 kcal
Chất béo	9.49 g
Chất đạm	10.73 g