



## Ốc hương xào bơ tỏi

### Nguyên Liệu

- 300 g Ốc Đá
- 25 g Sả Cây
- 1 g Muối
- 50 g Bắp
- 50 g Bơ Lạt
- 10 g Tỏi xay
- 3 g Ớt Xay
- 30 g Maggi Dầu hào bào ngư
- 120 ml Nước
- 300 mg Tiêu xay

### Nấu Ngay

1. Luộc ốc hương với nước sôi, muối, sả cây 4 phút. Vớt ra để ráo
2. Luộc sơ bắp hạt 1 phút
3. Xào tỏi với bơ 30 giây cho thơm
4. Thêm ốc hương vào xào 1 phút
5. Nêm với dầu hào bào ngư, tiêu xay, nước lọc cho vừa ăn
6. Thêm bắp hạt vào, tiếp tục xào đều 1 phút
7. Để ốc hương xào vào đĩa. Dùng nóng

#### dinh dưỡng

Carbohydrate	18.23 g
Năng lượng	380.35 kcal
Chất béo	22.9 g
Chất đạm	26.45 g

🕒 27 phút

👤 2 người ăn