Nấm Đùi Gà Xào Mè Đen

Nguyên Liệu

- 30 g Cà Rốt
- 200 g Nấm Đùi Gà
- 3 g Ớt Sừng
- 10 g Ngò Rí
- 15 g Đầu Hành Lá
- 1 muỗng canh Mè Đen
- 1 muỗng canh Tỏi Băm
- 0.5 muỗng canh Dầu Ăn
- 1 muỗng canh Dầu hào MAGGI
- 1 muỗng canh Nước tương MAGGI

Nấu Ngay

1. Nấm đùi gà sau khi mua về bạn chỉ cần rửa sạch với nước lạnh là được, không nên ngâm muối quá lâu hay bóp mạnh tay sẽ khiến nấm mất đi vị ngọt tự nhiên. Để ráo nấm sau đó cắt khứa dày khoảng 2cm. Hành lá rửa sạch, cắt khúc. Cà rốt gọt bỏ vỏ, rửa sạch rồi tỉa hoa mỏng cho đẹp mắt. Ớt sừng rửa sạch, bỏ cuống và hạt cay bên trong, cắt sợi. Ngò rí cắt bỏ gốc, rửa sạch. Bạn để các nguyên liệu thật ráo trước khi chế biến nhé!

2. Tiếp đến sẽ là công đoạn pha nước sốt ướp nấm. Bạn hòa dầu hào MAGGI, nước tương MAGGI và tỏi băm vào một tô lớn, trộn đều cho các gia vị hòa quyện vào nhau sau đó cho nấm đùi gà vào nước sốt, đảo đều cho thấm rồi ướp khoảng 10 phút.

3. Khi nấm đùi gà đã ướp xong, bạn làm nóng dầu ăn trên chảo, lần lượt cho cà rốt, nấm, đầu hành lá, ớt sừng vào xào khoảng 3 đến 4 phút, khi nào thấy món ăn dậy mùi thơm là đã hoàn thành rồi. Cách xào nấm ngon chính làm đảo thật nhanh trên lửa lớn, nấm chín tới và giữ được vị ngọt thanh tự nhiên, chị em lưu ý nhé!

4. Trình bày món ăn ra đĩa, trang trí với cà rốt, hành lá, ngò rí và ớt cho món xào ngon thêm màu sắc sinh động hơn. Rắc mè đen lên trên mặt nấm xào rồi dùng nóng với cơm trắng. Nấm đùi gà ngọt, bùi được ướp rất đậm đà và thơm lừng dầu hào MAGGI, món xào có độ bóng cực hấp dẫn, vừa ngon miệng lại tốt cho sức khỏe. Chị em sẽ khó mà cưỡng lại món ăn này đó!

dinh dưỡng

Carbohydrate	10.11 g
Năng lượng	91.8 kcal
Chất béo	5.03 g
Chất đạm	3.81 g

28 phút

3 người ăn