



Đùi Vịt Nướng Dầu Hào

Nguyên Liệu

- 800 g Thịt Vịt
- 0.5 bát Rượu Vang Trắng
- 20 g Sả Xay
- 20 g Tỏi
- 10 g Hành Lá
- 5 g Gừng Băm
- 1 muỗng canh Nước Cốt Chanh
- 4 muỗng canh Mật Ong
- 0.5 muỗng canh Giấm
- 1 muỗng cà phê Ớt Bột
- 1 muỗng cà phê Dầu Mè
- 0.5 muỗng cà phê Tiêu Xay
- 1 muỗng cà phê Ngũ Vị Hương
- 5 muỗng canh MAGGI Dầu Hào
- 1 muỗng canh MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương

Nấu Ngay

- Gừng đem băm hoặc giã nhuyễn pha với ít rượu trắng rồi đem chà sát hỗn hợp lên miếng đùi vịt để loại bỏ mùi hôi. Rửa lại đùi vịt bằng nước sạch rồi thấm khô.
- Pha hỗn hợp ướp thịt vịt gồm sả băm, tỏi đập dập, hành lá thái sợi, dầu hào MAGGI, 3 muỗng canh mật ong, hạt nêm MAGGI nấm hương, ớt bột, ngũ vị hương, tiêu xay, nước cốt chanh, khuấy đều hỗn hợp cho hòa quyện.
- Cho vịt vào âu, đổ phần nước sốt vào, ướp thịt vịt ít nhất 30 phút trong tủ lạnh cho thấm gia vị. Chuẩn bị sẵn nồi hấp, cho đùi vịt vào hấp trong 30 phút.
- Chuẩn bị bếp than hồng, cho đùi vịt lên vỉ nướng mỗi mặt 10 phút, khi nướng phết sốt ướp lên thịt thường xuyên để thịt không bị khô, thấm đều gia vị đậm đà hơn. Chuẩn bị sẵn hỗn hợp gồm phần mật ong còn lại, giấm, dầu mè, sau khi nướng vịt trên bếp 20 phút bạn phết hỗn hợp này lên trên phần da vịt rồi nướng thêm 10 phút nữa là hoàn tất.
- Trình bày món ăn ra đĩa và thưởng thức. Tiêu chuẩn để xác định món ăn đạt “chuẩn” là đùi vịt mọng mềm, không bị khô, đậm đà, thơm nức mũi nhé!

dinh dưỡng

70 phút

Carbohydrate	27.24 g
Năng lượng	928.6 kcal
Chất béo	80.26 g
Chất đạm	24.03 g

4 người ăn