Sụn Gà Xào Rau Củ

Nguyên Liệu

- 200 g Sụn gà
- 100 g Củ Năng
- 10 g Hành Lá
- 10 g Gừng
- 5 g Ớt Chuông
- 1 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 2 muỗng canh MAGGI Dầu Hào
- 5 g Muối
- 1 muỗng canh Dầu Ăn

Nấu Ngay

1. Sụn gà rửa sạch với muối, luộc qua với nước trong 10 phút cho sụn vừa mềm rồi vớt ra xả qua với nước lạnh. Cần tây cắt bỏ gốc, rửa sạch rồi cắt nhỏ, củ năng gọt vỏ, rửa sạch rồi cắt làm tư. Ớt chuông cắt bỏ cuống, bỏ hạt rồi cắt hình tam giác. Gừng bào vỏ rồi cắt nhỏ. Đậu phộng cho lên bếp rang đều tay trên lửa vừa đến khi lớp vỏ ngoài sậm màu lại thì tắt bếp, để nguội, sàng sạch vỏ.

2. Làm nóng chảo với 1/2 muỗng dầu ăn, cho sụn gà vào xào đều tay, nêm với một ít hạt nêm MAGGI nấm hương và đường, xào đến khi sụn gà chín tới thì trút ra dĩa để riêng.

3. Cho thêm lượng dầu ăn còn lại chảo vào đun nóng, lần lượt cho củ năng, cần tây, gừng, ớt vào xào đều tay. Khi các nguyên liệu gần chín tới thì cho sụn gà vào trở lại, đảo đều, nêm nếm với dầu hào MAGGI cho dậy mùi thơm và có độ bóng bẩy đẹp mắt hấp dẫn rồi tắt bếp.

4. Trình bày món ăn ra dĩa và thưởng thức ngay. Cách làm sụn gà xào rau củ rất đơn giản, bạn có thể dễ dàng chế biến món quen vị lạ này cho cả nhà thưởng thức. Sụn gà giòn sần sật, ăn cùng các loại rau củ thơm lừng cực kì kích thích vị giác đó nha!

dinh dưỡng

Carbohydrate	24.97 g
Năng lượng	308.64 kcal
Chất béo	12.1 g
Chất đạm	23.64 g

47 phút

2 người ăn