



Bắp Xào Tép Lạp Xưởng

Nguyên Liệu

- 3 Bắp Mĩ Non
- 50 g Chả Lụa
- 2 cây Lạp Xưởng
- 0.5 bát Tép Khô
- 0.5 Hành Tây
- 2 muỗng cà phê Bơ Thực Vật
- 100 g Nấm Đông Cô
- 3 cây Hành Lá
- 2 muỗng canh MAGGI Dầu Hào
- 1 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương

Nấu Ngay

- Lột bỏ vỏ và râu bắp, rửa sạch rồi để cho ráo nước. Sau đó tách hạt bắp ra. Mẹo để tách hạt bắp nhanh hơn là bạn úp một tô nhỏ vào tô lớn, sau đó dựng đứng bắp lên, dùng một tay cố định, tay còn lại cầm dao tách các hạt bắp ra khỏi lõi. Dễ dàng và nhanh hơn rất nhiều đúng không nào? Phần lạp xưởng bạn cắt sợi dài. Nấm rửa sạch với nước, cắt bỏ phần gốc rồi cắt nhỏ. Hành tây, chả lụa bạn cắt miếng vừa, dạng sợi.
- Cho bơ vào chảo nóng cho tan chảy rồi phi thơm hành. Cho nấm, tép vào xào thơm và thấm bơ cho dậy mùi. Sau đó cho bắp vào xào, thêm hạt nêm MAGGI nấm hương vào cho bắp thấm gia vị, vừa miệng. Bạn có thể ăn bắp xào cùng tương ớt nên hãy nêm nếm vừa phải để không bị mặn.
- Khi bắp đã xào xong, cho thêm giò lụa, lạp xưởng vào xào cùng, nêm thêm dầu hào MAGGI cho món ăn được bóng bẩy, dậy mùi hấp dẫn. Đảo đều đến khi lạp xưởng tiết mỡ và món ăn có mùi thơm là hoàn thành rồi.
- Bạn bày ra bắp xào ra đĩa, thêm hành lá cắt nhỏ cho hấp dẫn là đã có thể sẵn sàng thưởng thức. Bắp xào bơ thơm nức mũi, bên ngoài mặn mà bên trong vẫn giữ được vị ngọt lịm của bắp, hài hòa hương vị với nấm đông cô, hành tây, lạp xưởng beo béo và giò lụa giòn dai, ăn kèm với tương ớt thì không còn gì phải bàn. Đây là món mới thời thượng mà bạn nhất định phải thử qua đấy nhé!

dinh dưỡng

39 phút

Carbohydrate 26.29 g

3 người ăn

Năng lượng 339.05 kcal

Chất béo 20.05 g

Chất đạm 16.46 g