Hủ Tiếu Chay

Nguyên Liệu

- 500 g Hủ Tiếu Dai
- 500 g Giá Hẹ
- 300 g Cải Thảo
- 300 g Cà Rốt
- 300 g Củ Cải Trắng
- 200 g Tàu Hủ Ky
- 100 g Đậu Phộng Rang
- 100 g Nấm Đông Cô
- 50 g Đậu Xanh Cả Vỏ Luộc
- 30 g Đường Phèn
- 200 g Đậu Hủ Chiên
- 0.5 cây Chả Lụa
- 10 lá Bánh Hoành Thánh Lá
- 10 g Hành Ngò
- 1 muỗng cà phê Tiêu
- 2 lít Nước
- 2 muỗng canh MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 3 muỗng canh MAGGI Nước Tương

Nấu Ngay

1. Bạn gọt vỏ củ cải trắng và cà rốt, rửa sạch, tỉa hoa rồi cắt lát vừa. Cải thảo thì tách bẹ, rửa với nước, thái miếng tầm 1cm. Lưu ý hãy để riêng phần cọng và lá cải thảo. Rửa nấm đông cô tươi thật sạch, cắt lát vừa ăn. Bạn cũng cắt tàu hủ ky thành miếng nhỏ. Riêng hẹ bạn nhặt lá úa héo, rửa qua nước, sau đó cắt khúc dài 5cm. Cuối cùng, cần rửa giá rồi với lên để ráo nước.

2. Cho nước lọc vào nồi, bạn thả phần cọng của cải thải vào nấu cùng để tạo độ ngọt thanh cho phần nước dùng. Đợi nước sôi thì thêm vào hạt nêm MAGGI nấm hương cùng đường phèn vào. Không quên thử lại vị nước dùng xem đã hợp ý chưa.

3. Bạn cần thêm vào nấm đông cô đã cắt lát, cà rốt và củ cải trắng, đậu hủ thì cắt từng miếng vuông vừa rồi thả vào, thêm phần lá của cải thảo. Nấu các nguyên liệu cho vừa chín tới thì chỉnh lửa nhỏ để nước dùng luôn được nóng.

4. Bạn cho hủ tiếu đã được trụng sơ vào tô, để lên 1 miếng chả lụa chay cắt lát, đậu hủ chiên, tàu hủ ky, hoành thánh và giá hẹ cùng vài lá cải thảo với đậu phộng rang. Lưu ý, bạn có thể chần sơ giá hẹ cùng hủ tiếu cho chín trước.

5. Lúc này, hãy bật lửa to để nước dùng sôi trở lại rồi mới múc vào tô có các nguyên liệu đã chuẩn bị sẵn. Bạn có thể thêm vào hành ngò cùng chút tiêu. Thêm 1 chén nước tương MAGGI có vài khoanh ớt chấm cùng thì càng hấp dẫn hơn đấy.

dinh dưỡng

Carbohydrate	134.67 g
Năng lượng	793.42 kcal
Chất béo	20.24 g
Chất đạm	23.52 g

50 phút

5 người ăn