Sò Lụa Rau Răm

Nguyên Liệu

- 200 g Sò Lụa
- 100 g Rau Răm
- 10 g Hành Lá
- 100 g Đậu Phộng Rang
- 1 muỗng cà phê Đường Trắng
- 4 Ớt Trái
- 1 muỗng canh Dầu Ăn
- 1 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 1 muỗng canh MAGGI Dầu Hào

Nấu Ngay

1. Sò lụa sau khi mua về bạn đổ vào thau, cho nước ngập mặt sò, cắt nhỏ ớt trái thả vào thay ngâm khoảng 30 phút cho sạch cát. Luộc chín sò sau đó tách vỏ, ướp với hạt nêm MAGGI nấm hương cho đậm đà. Rau răm nhặt lá, rửa sạch rồi cắt nhỏ. Hành lá bạn bỏ gốc, rửa sạch rồi cắt khúc. Riêng phần đầu trắng của hành thì băm nhuyễn. Đậu phộng rang chín, xát vỏ cho sạch.

2. Làm nóng dầu trên chảo, phi đầu hành lá đến khi dậy mùi thơm thì cho sò lụa đã ướp vào xào sơ. Vì sò đã được luộc chín nên bạn không nên xào lâu, tránh thịt sò bị dai nhé!

3. Tiếp tục cho rau răm cắt nhỏ vào xào cùng sò lụa, nêm nếm thêm dầu hào MAGGI, đảo nhanh tay cho các nguyên liệu thấm dầu, dậy mùi thơm và có độ bóng bẩy, óng ánh ngon mắt. Món ngon đã sẵn sàng rồi đấy chị em ơi!

4. Trình bày món ăn ra dĩa, rắc thêm đậu phộng rang lên trên cùng vài lát ớt xắt cho đẹp mắt và thưởng thức thôi. Sò lụa có độ dai vừa phải, thơm ngọt ăn cùng rau răm lạ miệng mà hòa hợp tới không ngờ. Bạn cũng có thể thay sò lụa bằng sò lông, nhưng nhớ ngâm sò trong nước để ngọt thịt hơn nhé!

dinh dưỡng

Carbohydrate	23.83 g
Năng lượng	496.29 kcal
Chất béo	33.9 g
Chất đạm	30.1 g

35 phút

2 người ăn