

海南鸡块

@Sharon (洛杉矶灵粮堂, Torrance, CA)

材料：

- (A) 鸡腿 5 磅
- (B) 盐 3 大匙、糖 3 大匙、酒 3 大匙、
姜 6 片、葱 6 根、大蒜半颗 (6 瓣)、
八角 3 颗、月桂叶 1 片
- (C) 姜 10 片、葱 10 根、盐少许、油 4 大匙



步骤：

1. 水 6 杯煮开，加入(B)料煮开后，加入鸡腿。（要确定汁都盖过鸡腿，若没有可加少许水和盐。）
2. 再煮开后转中火，煮 5 分钟，用筷子叉一下肉厚的部份，确定没有血水流出，即可关火，焖至冷却。
3. 鸡腿若很大，可剁成中块，或者将鸡肉大块切出，摆盘。（聚餐或请客，切成不带骨的大鸡块，会比较方便食用。）
4. (C) 料的姜辗成小小细末，葱切成丁放在另一碗内，加上盐。
5. 油在锅中烧热，倒入姜末，连油与姜末倒在葱上，混匀，倒在已摆好盘的鸡肉上即可。

温馨提示：

1. 亦可用整只肉鸡来做，有点类似葱油鸡。
2. 煮鸡的汁可留下来再使用，下次只要再加一半的(B)料即可。鸡汁若不马上使用，可放在冰箱的冻箱，储藏时间可较久。