

## 美式水牛城辣鸡翅

@Lancy (双城华人基督教会, Roseville, MN)

### 材料：

1. 鸡翅 2 lb 左右 (我用的是 Costco 真空装 organic chicken wings 2 小袋)、料酒 1 大匙、盐 1 大匙、葱姜少许
2. 腌料：garlic salt 1 小匙、黑胡椒少许、糖 1 小匙、paprika 1 大匙、生抽酱油一茶匙、盐少许
3. 辣酱：无盐奶油 1 大匙、美式辣酱 (Frank's Red Hot Sauce) 5 大匙、番茄酱 3 大匙、白醋 2 大匙、蒜末 1 小匙、糖 2 小匙 (喜欢甜一些的份量可以多加一些)、生粉少许 (勾芡用)、蜂蜜少许

### 作法：

1. 先把材料 (1) 腌制一两小时以上 (若没空腌制也可)，烧一锅开水，川烫鸡翅至半熟，再用凉水将鸡翅洗干净，沥干备用。
2. 用腌料 (2) 腌制川烫过的鸡翅，放入烤箱烤至金黄，烤箱温度稍微要高一些 (380F)，让鸡翅的肥油可以逼出多一些，比较健康。也可用气炸锅，温度 390F，约烤 15~20 分钟。
3. 把材料 (3) 全放锅子煮开，再用少许调水的生粉水勾芡，使辣酱可以稍微浓稠，好依附在鸡翅表面。
4. 将辣酱刷在鸡翅表面，或拌在一起，即可享用。

### 备注：

1. 鸡翅用水先川烫，可以缩短烘烤的时间，并且可以保持鸡翅的水份，烤熟后不会后干巴巴的。
2. 喜欢更辣的口味，可以多加 red hot sauce，份量自行加减。
3. 每家烤箱的温度都不一样，鸡翅已经川烫半熟，只需把鸡翅表皮烤金黄即可，千万不要烤过头。若你喜欢将鸡翅先全烫熟也行，最后就用烤箱 Broil 几分钟，等表皮出油、颜色金黄即可。

