

# 蒜粉炸鸡腿

2020-12-16 Mars

1 人份

## INGREDIENT

### 【主料】

琵琶腿 500g (约 3 只)

### 【腌制料】

盐 12g、清水 240g、蒜粉 2 小勺、

辣椒粉 2 小勺、洋葱粉 1 小勺、黑胡椒粉 适量、糖 4 小勺

### 【面衣料】

淀粉 4 大勺 (约 36g)、面粉 4 大勺 (约 36g)、小苏打 1/6 小勺、

盐 1/4 小勺、黑胡椒 40 下、辣椒粉 1/2 小勺、蒜粉 1/2 小勺

## PROCESS

- A 琵琶腿用刀尖沿着骨头两侧，戳几个刀口，方便入味；
- B 将腌制料放入大盆中混合均匀，搅拌至盐糖溶化，放入 A 步骤处理好的鸡腿腌制至少 30min (腌料需没过鸡腿)；
- C 将面衣料倒入浅盘里，搅拌混合均匀备用；
- D B 步骤腌制时间到，取出鸡腿稍微沥干水分 (保留腌料水)，放入 C 步骤面衣盘里，用手撩拨面粉至鸡腿表面均匀沾满一层薄面衣；
- E 将 D 步骤沾满面衣的鸡腿放入腌料水里迅速蘸一下，然后再放入面衣盘里；

- F 用手将面衣盘里干粉再次撩拨到鸡腿上，将鸡腿**埋入干粉**内，并用手**轻轻压实**鸡腿表面面衣，然后将鸡腿间**轻轻互相揉搓**，最后**抖落表面的干粉**。此时鸡腿表面应该呈**微微的鳞片状**；
- G 起锅烧油至 **6 成热**，依次放入鸡腿 **中小火**炸制约 **9min**；
- H 将鸡腿捞出，油温升至 **7.5 成热**，再次放入鸡腿进行复炸约 **1min**；
- I 捞出沥油，装盘即可。

### TIPS

- ★ **D-E-F** 这种炸鸡面衣制作方法是典型的美式炸鸡手法；
- ★ 用 **5%浓盐水**浸泡腌制，是炸鸡内部入味且多汁的关键；
- 腌制料中的清水，也可以换成等量啤酒或牛奶、酪乳；
- 腌制料中也可加入适量百里香、迷迭香、柠檬等其他香料；