# 海鲜锅巴

## 材料准备

**锅巴食材：**糯米 100g，姜泥 1/2小勺，盐 一小撮，糖 一小撮，玉米淀粉 1大勺

**海鲜料食材：**混合海鲜（虾仁、扇贝、鱿鱼） 200g，午餐肉 50g，冷冻蔬菜 200g（胡萝卜青豆玉米），蒜蓉 1小勺，小型番茄 2个，水淀粉 1大勺，香油 2小勺，白胡椒 一小撮，盐 一小撮，高汤 200ml，香菜

## 制作步骤

①糯米用冷水泡好后沥干（泡好的糯米用手指能够轻易碾碎），拌入姜泥、盐、糖和玉米淀粉

②油锅加热到180℃，漏勺在锅里过一下油防粘

③拌好的糯米挖一勺放进漏勺，薄而均匀的铺一层压紧，炸成锅巴待用

④小鱿鱼骨头、内脏和头去掉，身体切成条，扇贝去内脏片一下，午餐肉切丁，番茄切块

⑤起油锅，炒香蒜蓉，放入海鲜、午餐肉、冷冻蔬菜和番茄翻炒，倒入高汤，少许盐调味儿

⑥与此同时，将先前炸好的锅巴再复炸一次

⑦海鲜浇头加入水淀粉勾芡，淋上香油和胡椒粉，搅拌均匀

⑧锅巴端上桌，当着一大桌子亲朋好友的面浇上海鲜，请大家聆听春雷，最后撒香菜装饰。