芹菜炒透抽

鹽麴能引出食材的鮮味，越簡單的料理越能發揮鹽麴功能。

今天來分享一道能夠輕鬆上桌的料理，因為使用鹽麴，使各種食材味道釋出且融合在一起，簡單的料理也會讓人驚豔。

**芹菜炒透抽**

材料

透抽(已切段) 180g

芹菜 120g

辣椒 10g

蒜頭 10g

鹽麴(1) 6g

米酒 些許

鹽麴(2) 適量

作法

1. 待冷凍透抽完全退冰後，加入鹽麴(1)均勻塗抹後靜置。
2. 芹菜洗淨，切段瀝乾。
3. 辣椒洗淨，去籽切段瀝乾。
4. 起油鍋，中大火，加入芹菜段、蒜末炒香。
5. 將鹽麴醃過的透抽用廚房紙巾擦乾後，放入鍋內拌炒。
6. 加入米酒提香。
7. 試味道，若味道不足，再以鹽麴(2)調味，即可上桌食用。

說明

1. 冷凍切段透抽整袋不拆封隔水退冰（約10-20分鐘）。擦乾海鮮的目的除了擦掉海鮮自身的黏液去腥味外，還能保持鮮味。
2. 鹽麴具有酵素分解蛋白質的功能，加了鹽麴的海鮮稍加靜置，烹煮後會讓食物味道更加提鮮