

MỰC HOA CÚC

Bà Phan Ngọc Cơ

● NGUYÊN LIỆU

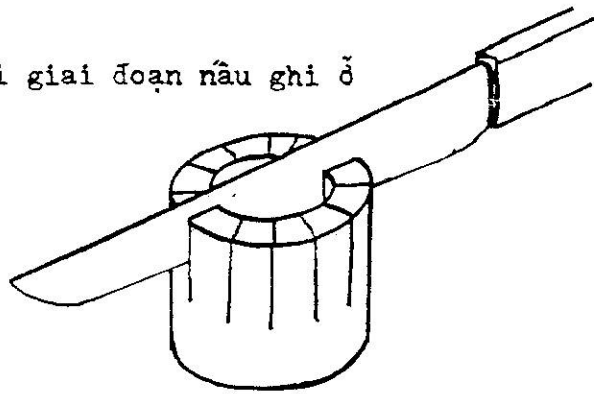
Theo thứ tự từng phần cần dùng cho mỗi giai đoạn nấu ghi ở phần sau:

Phần 1

3 con mực ống cỡ vừa

Phần 2

1/2 pound tôm bóc sạch vỏ
1/8 pound mỡ heo thái hạt lựu
1/2 muỗng cà phê muối
1 muỗng cà phê rượu vang
1 muỗng cà phê bột bắp (corn starch)
1/2 trứng gà lòng trắng
12 hạt đậu tròn (pea)



HÌNH 1

Phần 3

5 cây cải bẹ con (baby bokchoy)
1/4 muỗng cà phê dầu mè
4 muỗng cà phê dầu hào (oyster sauce)
1 chén nhỏ (cup) súp gà (chicken broth)
2 muỗng cà phê bột bắp
1/2 muỗng cà phê muối



HÌNH 2

● CÁCH NẤU

Giai đoạn 1

Cắt đầu vớ râu mực.
Rửa mực sạch và cắt từng khúc dài chừng 4 phân (cm).
Cắt khía vòng quanh một đầu khúc mực, sâu độ 2 phân (cm) (xem hình 1).
Nhúng từng khúc mực vào nước sôi khoảng 3 giây đồng hồ, đến chừng nào các khía quanh vòng khúc mực cong ra ngoài giống hình hoa cúc (xem hình 2).

Giai đoạn 2

Rửa tôm với nước muối pha loãng, lau thật khô, xong đập dẹp nát từng con.
Mỡ heo thái hạt lựu trộn thật đều với tôm và muối, rượu vang, bột bắp, lòng trắng trứng gà.
Nhồi tôm vào giữa chỗ trống mỗi miếng mực, xong nhận một hạt đậu tròn vào chính giữa.
Sắp mực vào đĩa chừng nước sôi khoảng 8 phút đồng hồ.
Sắp mực chừng chín vào giữa lòng một đĩa bần.

Giai đoạn 3

Chế đổi từng cây cải bẹ con, luộc sơ nước sôi, xong chiên với dầu mè và dầu hào.
Sắp cải chiên vòng quanh đĩa mực.
Nấu sôi một chén nhỏ súp gà, đánh sệt với bột bắp, nêm vừa muối, xong tưới trên mặt các miếng mực nhồi tôm.

MỰC HOA CÚC đã sẵn sàng để thưởng thức.