

椰汁烤雞腿肉

材料：

雞腿肉 2塊 (每塊250克)

鹽 1茶匙

雞腿肉醃料：

椰膏 100克(4安士)

五香粉 5毫升(1茶匙)

檸檬汁 45毫升(3湯匙)

芫荽籽 5毫升(1茶匙)

豉油 30毫升(2湯匙)

茴香籽 5毫升(1茶匙)

植物油 30毫升(2湯匙)

花生醬 90毫升(6湯匙)

蒜(切碎) 2個

辣椒粉 適量

姜末 5毫升(1茶匙)

製作方法：

1. 雞腿肉切開攤平，令其肉質厚度均勻。
2. 雞皮向上，先用叉在雞上插孔。
3. 接著，將雞腿肉切開一半。
4. 用鹽抹勻整塊雞肉。
5. 預備雞肉醃料，並將所有調味料放進碗內，然後攪勻。
6. 待雞肉醃至少30分鐘。
7. 烤焗盤上鋪上牛油紙。
8. 將已醃好的雞肉放上烤焗盤，雞皮向上。
9. 將烤焗盤放進烤焗微波爐的上層。
10. 選擇「烤焗」功能，調較至210°C焗 13至18分鐘。