

芥末酱鸡肉(Poulet à la Moutarde): 法式经典家常菜

芥末酱鸡肉(Poulet à la Moutarde)起源于法国,最早可以追溯到中世纪。

当时,芥末酱是一种常见的调味品,人们经常用它来搭配鸡肉一起食用。

而到了19世纪,这道菜在法国各地变得非常流行,并最终成为法国经典菜肴之一,也是法国总统府的国宴菜之一。

这道菜的主要特色在于其浓郁的芥末酱汁。

芥末酱汁通常由第戎芥末酱、白葡萄酒、鸡汤、蜂蜜和香草制成,其辛辣、酸甜的味道与鸡肉搭配,非常和谐。

与那些昂贵的米其林菜肴相比,这道菜的食材和做法都比较简单,具体如下:

食材(一杯250毫升,一茶匙约5克,1汤匙约15毫升):

1. 4块无骨无皮鸡胸肉或鸡腿肉
2. 2汤匙橄榄油
3. 1个洋葱,切碎
4. 2瓣大蒜,切碎
5. 1杯白葡萄酒
6. 1/2杯鸡汤

7. 1/4杯第戎芥末酱

8. 1汤匙蜂蜜

9. 1茶匙盐

10. 1/2茶匙黑胡椒粉

11. 1/4杯欧芹,切碎

步骤:

1. 煎鸡肉:

鸡肉清洗干净,并用厨房纸巾擦干水分(鸡肉也可切块);煎锅中加热橄榄油或黄油,用中火煎至两面金黄,取出备用;

2. 炒洋葱和大蒜:

煎锅中加入洋葱和大蒜,翻炒至洋葱变软,加入白葡萄酒、鸡汤煮沸,再加入芥末酱汁、蜂蜜、盐和黑胡椒粉,搅拌均匀;

3. 炖鸡肉:

锅中加入鸡肉搅拌,与酱汁充分混合,中低火炖煮15-20分钟,收汁直至鸡肉熟透;

4. 加入欧芹碎,搅拌均匀,出锅即食,一般搭配米饭或土豆泥一起食用。

这道菜的营养价值较高,含有丰富的蛋白质、维生素和矿物质。

鸡肉是优质蛋白质的来源,而芥末酱含有抗氧化剂和抗炎成分。

此外,这道菜还含有白葡萄酒、鸡汤和蔬菜,也为人体提供了多种营养素。

最后,需要提醒的是:

1. 在一些法国地区,人们会在这道菜中加入苹果、梨等水果,以增加风味;
2. 这道菜也可以作为冷盘食用,非常适合夏季聚会或野餐;
3. 如果想要口感嫩一点,可以采用带皮鸡肉;
4. 可以使用无盐黄油代替橄榄油来煎鸡肉;
5. 如果没有第戎芥末酱,可以使用其他类型的芥末酱,如黄芥末酱或辣芥末酱,现在超市里都有成品在售;
6. 以上的各种调味料都可以根据个人口味酌量增减;
7. 做法中的第3步也可以改为在烤箱中烘烤。将鸡肉块和酱汁混合在一起,然后放入预热至175摄氏度的烤箱中烘烤20-25分钟,或直至鸡肉熟透。



澳门最受欢迎的六大特色小吃,食客赞不绝口

在世界四大赌城中,澳门独树一帜,博彩业声名远扬。然而,除了博彩,澳门还有着独特的风貌和丰富的文化底蕴。数百年的东西方文化交融,孕育出了一系列具有独特风味的特色小吃,吸引无数明星和游客前来品尝。尤其是以下六大特色小吃,让人赞不绝口,回味无穷。今天为大家揭晓澳门最受欢迎的六大特色小吃,食客赞不绝口!让我们一起探寻这些美味的魅力吧。

01. 葡挞

葡挞,这款源自澳门的绝妙小吃,是当地一张闪亮的美食名片。

你瞧,刚出炉的葡挞,宛如秋日的稻穗,金黄饱满,散发着令人垂涎的焦香。这诱人的香气,是烘焙师傅精湛手艺的凝结,它像是会魔法一般,能瞬间勾起人们的食欲。

当你轻轻一咬,葡挞的外皮便如秋叶般脆生生地碎开,内馅则如丝般柔滑,口感层次分明。这葡挞仿佛是大自然的颂歌:鸡蛋的醇厚与奶油的甘美在舌尖共舞,让人惊艳不已。这份美妙,只有当你亲自品尝时,才能深切地体会。

02. 猪扒包

猪扒包,这道源自澳门的小

吃,如同璀璨的明珠般闪耀在美食的瑰丽海洋中。猪扒,那其实就是嫩滑多汁的猪排,经过精心煎制,变得金黄诱人。当它被轻轻夹入那外皮酥香、内心柔软的面包中,仿佛是舞者穿上了华丽的舞裙,准备在舞台上绽放魅力。

在这柔软的面包的怀抱中,猪排还与生菜、沙拉酱、芝士等佐料共舞,仿佛在舌尖上演一出美味的舞蹈。每一口咬下,都会让你的味蕾感受到前所未有的惊艳。那独特的口感,丰富的层次,仿佛在告诉你一段澳门的美食传奇。

03. 水蟹粥

水蟹粥堪称澳门的瑰宝级小吃,这可并非浪得虚名。地处咸淡水交界之地的澳门,所产螃蟹滋味绝伦,将这美味融入一碗水蟹粥中,真乃人间至味。你瞧那金黄的粥中,隐现着鲜嫩的蟹肉与丰腴的蟹黄,仿佛在向你低语着美味的秘密。轻轻舀起一勺,送入嘴里,那香气便溢满了整个口腔,让人陶醉其中,久久不能自拔。这水蟹粥,不仅是一道美味的小吃,更是一种澳门独有的生活态度和情怀,值得细细品味。

04. 咖喱牛杂

在澳门的街头巷尾,正宗的咖喱牛杂以其独特的魅力征服了无数食客。无论是慕名而来的游客,还是土生土长的澳门人,都为这一口秘制咖喱汁所倾倒,纷纷驻足排队等候。

在咖喱牛杂碗中,丰富的食材让人眼前一亮。牛肺、牛肚、牛筋、牛肠,还有那难得一见的牛相连和牛舌,每一种都经过精心挑选和处理,确保口感和味道达到最佳。金钱肚的爽口、牛舌的甘香、牛筋的软糯,层次丰富,让人回味无穷。在这里,你不仅能品尝到食材的原汁原味,更能领略到澳门独特的饮

食文化。

05. 大菜糕

在澳门的盛夏时节,大菜糕如一颗晶莹剔透的宝石,静静地躺在各式甜品中。它那胶块状的身姿,犹如一块凝固的诗意,比果冻略硬,仿佛是对口感的一次独特挑战。而当你轻轻品尝,那滑滑的、沙沙的口感便在舌尖上舞蹈,它们交织在一起,像夏日的微风轻轻拂过肌肤,带给你一种别样的清凉。这便是澳门的大菜糕,一种让你在酷热中寻找一丝凉意的甜品,一种让你回味无穷的夏日味道。

06. 葡国鸡

葡国鸡,堪称澳门的瑰宝,每一口都诉说着这座城市的传奇。金黄的外皮在阳光下熠熠生辉,仿佛是澳门历史的印记,每一层都蕴藏着丰富的故事。浓郁的椰奶香与咖喱辛香交织成一曲大自然的颂歌:甜中带香,香中含鲜,令人陶醉。而那滑嫩的鸡肉,更是如同澳门的历史一般,饱含着岁月的韵味,让人回味无穷。至于那土豆,早已不再是单纯的食材,而是吸纳了所有精华的味觉艺术品,每一次咀嚼都能感受到那份深厚的历史底蕴和独特的澳门风味。



特色推荐

- 盐水鸭
- 素烧鹅
- 蜜汁糖藕
- 南京馄饨
- 红烧狮子头
- 糖醋排骨
- 松鼠鱼
- 蒜椒活鱼
- 萝卜牛腩
- 家乡小炒肉
- 砂锅排骨
- 三鲜锅巴





南京饭店

NANJING BISTROT

大华府首家淮扬特色餐厅

电话:703-385-8686 703-352-8686 地址:11213-C Lee HWY, Fairfax VA22032

COUPON
10%off
仅限堂吃
截止4/30/2022

6-100

鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理

欢迎光临

特色菜系: 本店靠近泰森角购物中心,5分钟车程

- 贵妃鸡
- 北京鸭
- XO生蝴蝶
- 香脆鱼片
- 金沙龙虾
- 特色黑椒牛柳
- 金条鱼球

莲花园

Lotus Garden

电话:703-255-9888
传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West, Vienna, VA 22180

大华府唯一的正宗兰州拉面

陕西刀削面美味正宗

