

Chả Chưng

Vật Liệu

1. 1 cup kim châm khô
2. 2 miếng tàu hũ
3. 2 bó bún tàu (miến)
4. 2 miếng tàu hũ ky tươi (hay tàu hũ ky khô)
5. 1/2 cup nấm mèo
6. 1 Tsp nước tương
7. 1 Tsp đường
8. 1/4 Tsp tiêu xay
9. 1 cup nước lã



Cách Làm



Ngâm bún tàu, nấm mèo, tàu hũ ky và kim châm trong nước ấm. Nếu dùng tàu hũ ky khô thì nên ngâm trong nước sôi. Tàu hũ miếng để ra rổ cho ráo nước. Thái nấm mèo và tàu hũ ky thành sợi nhỏ. Bún tàu cắt ra từng khúc khoảng 3 lóng tay. Kim châm có thể lấy nhụy ra hoặc để ăn cũng được. Tàu hũ bóp nhuyễn. Bỏ tất cả các thứ vào một tô lớn, nêm vào nước tương, đường, tiêu

xay, và nước lã. Trộn tất cả cho đều và để vào lò hấp cách thủy khoảng nửa tiếng, hoặc đập tô lại bằng giấy kiếng nylon và nấu trong microwave độ 15 phút là sẽ có một tô chả chưng chay cho gia đình ăn thật là ngon miệng.

Nếu cần hỏi thêm về cách thức nấu hay để đóng góp, chia sẻ thêm ý kiến, xin liên lạc với chị Diệu An qua điện thư dieuan@sinhthuc.org