

Cách nấu đậu mơ hấp lá sen

Bằng những nguyên liệu thông thường nhưng lại tạo ra một món ăn phi thường, đậu mơ hấp lá sen. Món ăn tạo nên hương thơm ma mị, làm không ai có thể cưỡng lại sức hấp dẫn của nó. Đồng thời, món ăn này lại chứa rất nhiều dinh dưỡng mà khó có sơn hào hải vị nào sánh bằng.

Nguyên liệu

- 5 bìa đậu Mơ
- 100 gam hạt sen
- Lá sen, bột bắp
- Dầu ăn
- Dầu hào chay
- Hạt nêm

Cách làm

- 1.** Hạt sen bỏ tim, rửa sạch, luộc mềm, tán nhuyễn, giữ lại nước luộc.
- 2.** Cho nước luộc lên bếp nấu sôi trở lại, cho hạt sen đã tán nhuyễn vào nấu cùng. Nêm 2 thìa cà phê hạt nêm và một chút dầu hào, sau đó dùng nước bột bắp để làm sánh sốt hạt sen.
- 3.** Lá sen, rửa sạch, để ráo. Lót Lá Sen vào đĩa sâu lòng, xếp đậu mơ lên và rưới nước sốt hạt sen lên đậu, gọi lại, hấp khoảng 5 phút cho lá sen thoát mùi thơm là được
- 4.** Dùng nóng