

名厨张添来

张添来 (Chef Eric Teo) 说, 小时候家境贫穷, 只有在节庆时才能在家里的饭桌上看见鱼与肉, 而且一块肉都得平均分给他与另四个兄弟姐妹, 每个人不可多得。

Chef Eric 的妈妈是海南人, 是他眼中的“家庭大厨”, 精通多种烹饪技巧。令他印象深刻的是, 每当兄弟姐妹之中有人生日, 妈妈都会烹调铁板猪扒来为他们庆生, 而且寿星都会获得一大块的铁板猪扒。这样的庆祝方式, 使他们五兄弟姐妹非常期待生日的来临。

如今虽然已经成为本地名厨, 但 Chef Eric 始终传承着这样的“喜悦感”。他在孩子的生日当天, 也会下厨煮铁板猪扒给孩子品尝, 希望把他当年所获得的快乐和幸福传达给孩子。



铁板猪扒伴水煮蛋

2人份

用料

猪肉片2片(1片约160克)、花雕酒50毫升、清油2大匙、白洋葱200克(切片)、豌豆100克、盐少许、糖少许、AOX水少许、白醋适量、鸡蛋2个

腌味料

酱青150克、美极®鲜味汁30克、芝麻油1小匙、粟粉100克

特制酱汁(混匀)

鸡汤60毫升、番茄酱100克、蚝油100克、蜜糖1大匙、盐½小匙、黑胡椒粒适量(拍碎)

做法

1. 把猪肉片和腌味料混匀, 放入保鲜盒后搁置冰箱30分钟。
2. 烧热清油, 把猪肉片快煎约7至10分钟至熟, 捞起待用。
3. 在原锅中倒入花雕酒, 加入煎香的猪肉片, 改小火煎煮至肉熟和酱汁变浓稠, 盛起猪肉片于盘中。
4. 烧热清油, 把白洋葱片和豌豆用盐和糖一起炒香, 待用。
5. 把盐和白醋加入AOX水中。煮滚后加入鸡蛋, 继续煮至滚后捞起。
6. 猪肉片缀以水煮蛋、洋葱片和豌豆, 淋上混匀的特制酱汁即可。



Sizzling Pork Chop with Poached Egg

serves 2

Ingredients

2 pork cutlets (around 160g each), 50ml Chinese cooking wine (hua diao jiu), 2 tbsp oil, 200g white onions (sliced), 100g green peas, some salt, some sugar, some AOX water, some vinegar, 2 eggs

Marinade for Pork Chop (mix well)

150g light soy sauce, 30g Maggi Seasoning, 1 tsp sesame oil, 100g corn flour

Special Sauce (mix well)

60ml chicken stock, 100g tomato ketchup, 100g oyster sauce, 1 tbsp honey, ½ tsp salt, some black pepper (crushed)

Method

1. Combine pork cutlets and Marinade. Mix well and place in a container. Chill in fridge for 30 mins.
2. Heat up oil. Quick-fry pork for 7 to 10 mins until cooked. Remove and set aside.
3. Add Chinese cooking wine to deglaze the wok. Add cutlets. Turn to low heat and fry until cutlets are cooked and sauce is thick. Transfer cutlets to plate.
4. Heat up oil. Sauté white onions and green peas with salt and sugar. Set aside.
5. Add some salt and vinegar to AOX water. Bring to a boil. Poach eggs until cooked and set aside.
6. Garnish cutlets with poached egg, white onions and green peas. Drizzle over with Special Sauce and serve.