



辣椒金枪鱼 玉米蛋糕

用料

水1/2公升

牛奶1/2公升

清汤块1粒

速溶玉米粉250克

盐适量

白胡椒粉适量

雄鷄標辣椒金枪鱼1罐

雄鷄標低脂水浸金枪鱼片1罐



烹煮

在炒菜锅或大的平底锅内注入水分、牛奶、汤块、盐及白胡椒粉，煮沸。
煮沸后，将火调小。

调拌

加入玉米粉。加入玉米粉的秘诀在于要将它逐点逐点地加入，而不是全部一并倒进去，加入米粉的同时还需要不断用汤匙搅拌。当玉米糊搅拌至浓稠即可，之后便加入全罐辣椒金枪鱼和已沥干的金枪鱼片。把金枪鱼及玉米糊均匀地搅拌，便拿离火炉。

作模

在蛋糕模具涂上黄油或食用油，把玉米糊倒进去。
让它待凉后便放入冰箱。

上菜

给每位客人切一块(余下的，放在冰箱内，可存放一至两天)，在端上前在锅里加温即可。
可配以沙拉、新鲜蔬菜或焗豆。