

Main

辣味柔和！蔬菜麻婆炸雞



Side

椰菜花秋葵拌腰果

須準備材料

廚具→ 平底鑊、微波爐、大碗、單手鍋

其他調味料→ 無

*需要準備基本調味料

- 需要清洗的器具較少
- 需要準備的調味料較少
- 無須使用菜刀
- 無須使用明火

- 有部份材料帶有少許辣味
- 製作過程中包括用手攪拌或成形的步驟
- 製作過程中包括油炸
- 由小童試食員評定味道優良的商品

Oisix 好友邀請活動

您和好友一同獲取購物優惠券！

非常感謝閣下對Oisix的愛顧和支持。
Oisix為您提供豐盛健康的飲食生活，為您和家人解憂，
無須再擔心食物安全。
請務必介紹給親戚朋友，我們致力為大家送上安心健康飲食。
現在為您準備，您和您的朋友雙方都會高興的活動。

誠邀您填寫 **Kit Oisix** 的食評！
分享食評可獲 **\$10** 積分回贈！

※積分將會於填寫食評後的下一個星期四發出，敬請留意。



介紹活動優惠

介紹者

特典
\$100優惠券 x 2
總值 **\$200**

被邀請加入

- 特典 1
\$100優惠券 x 5
總值 **\$500**
- 特典 2
冷凍通行證 **60日**
- 特典 3
購物滿\$450以上免運費！
免運費通行證x2張

包裝將逐步轉換為使用植物來源塑料
(生物塑料) 製成。

Oisix為了解決全球塑膠垃圾所造成的CO2增加問題，
現正努力削減石油塑料和減少排放CO2。
由2020年4月起，Kit Oisix的包裝改用甘蔗衍生植物成分的
生物塑料取代原來的塑膠袋。

包裝外袋、墨水、黏合劑通過改用生物塑料，
每年將可以削減約3噸的石油塑料和
減少約13噸二氧化碳(CO2)的排放量。



Oisix在今後仍會繼續致力為保護環境出力，
追求對地球友好的商品和服務。

(主菜)

辣味柔和! 蔬菜麻婆炸雞

在進食前加上麻婆醬汁, 就不會讓香噴噴的味道流失。
可以在麻婆醬汁中加上車厘茄、切塊蕃茄等。

事先準備

- 將麻婆醬汁流理解凍。
(半解凍狀態便可)

材料包所附有的食材

日本國產雞胸肉炸雞塊	1袋
菜園風香烤蔬菜粒	
(翠玉瓜、紅椒、黃椒、茄子)	120g
清甜粟米粒	40g
辣味柔和! 麻婆醬汁	1袋

需要事前準備的材料

水	3湯匙
麻油	2湯匙

需要廚具→平底鑊、微波爐、
單手鍋

材料包附有的食料



3 煎煮雞塊

在平底鑊中加入麻油以中火預熱, 放入炸雞塊煎3分鐘至外皮變得脆身後, 即可裝盤。



1 加熱食材

把裝有炸雞塊的包裝微微打開, 放到微波爐內以500W加熱2分鐘(600W加熱1分半鐘)。



2 製作醬汁

在單手鍋中加入半解凍的麻婆醬汁、水, 以中小火加熱。途中不時攪拌至麻婆醬汁完全解凍, 稍微煮沸後加入蔬菜粒、粟米煮3-4分鐘。



4 完成

把麻婆醬汁裝到小碟中, 在進食前在雞塊上淋上醬汁享用。



Kit Oisix

Side (副菜)

椰菜花秋葵拌腰果

帶出腰果、芝麻和柔和的山椒香味。
可以加上茗荷、芹菜等香味蔬菜, 令味道昇華。

事先準備

- 無

材料包所附有的食材

椰菜花	100g
已經煮沸 秋葵	20g
腰果	1袋
白芝麻	1袋
紀州石磨山椒粉	1袋

需要事前準備的材料

鹽	1撮
麻油	1/2茶匙

需要廚具→微波爐、大碗

材料包附有的食料



3 完成

裝盤後即可食用。(建議可於進食前放入雪櫃冷藏)



1 準備食材

把裝有椰菜花和秋葵的包裝微微打開, 一同放到微波爐內以500W加熱3分鐘(600W加熱2分半鐘)。腰果用碗底等道具在袋中輕輕壓碎。



2 拌勻食材

把秋葵斜切至3等分。在大碗中加入去取水份的椰菜花、秋葵、芝麻、腰果、鹽、山椒、麻油攪勻。(小朋友食用的話可以不放入山椒)



Kit Oisix

Kit Oisix

※帶有◆的食材, 是特別為Kit Oisix所準備的食材, 為了保持烹飪最終成品味道良好, 會於製作的預烹調過程中途停止, 請務必按食譜上內指示進行烹調。

※食材將會於冷凍狀態下送貨。