

Walnut Pomegranate Duck Stew

材料：

紅蔥頭	6粒 (去皮切片)
鴨油或菜油	250毫升
核桃	500克 (洗淨切碎)
鴨湯、雞湯或清水	500毫升
鴨腿	6隻 (切開一半)
紅石榴糖漿 (pomegranate molasses)	2瓶
奶油瓜 (butternut squash)	300克
肉豆蔻	1/4茶匙
橙汁	1個
橙皮茸	1個
深色蜂蜜	100毫升
肉桂條	2枝
鹽和胡椒	適量



做法：

1. 把鴨腿用鹽和胡椒醃味一夜，然後在中鍋內用鴨油把鴨腿皮煎香。
2. 把鴨腿取出，鍋內放入紅蔥頭，然後加入奶油瓜及肉桂煮至軟身。
3. 把鴨腿回鍋，加入上湯及紅石榴糖漿。再加入核桃、香料、橙汁、橙皮茸和蜂蜜。把鍋加蓋，放進華氏300度的焗爐，烤1小時30分或至鴨肉開始離骨。
4. 把鴨腿取出，攪拌鍋內汁料，拌勻後，把鴨腿回鍋，冷藏1至2天。

伴碟：可配烤馬鈴薯、米飯或麵包。



Brown Butter Ice Cream

材料：

奶油	500克
牛奶	500克
香草豆	2條
楓樹糖漿	336克
蛋黃	13隻
牛油	1磅
肉桂條	1枝
奶粉	10克



做法：

1. 以慢火把牛油加熱，混入奶粉直至變成金黃色。
2. 加入糖漿、奶油、牛奶、肉桂條和香草豆。混合後放在耐熱容器內冷凍一晚。
3. 冷凍8至10小時後取出，用過濾網把面層脂肪分隔（脂肪可留作烹調之用）。
4. 把液體略為加熱，加入蛋黃，拌勻，再加熱到華氏84度。
5. 離火，連鍋置於另一有冰塊的鍋內待涼後，倒入家用雪糕機內攪拌約半小時成雪糕。

伴碟：可配蘋果批或pan cake享用。



溫馨提示：加入蛋黃時若高溫很容易成為炒蛋，也可以把隔去油層的液體略為加熱，然後分數次加入蛋黃中，每次加入液體後要以膠刮刮鍋底，以免蛋漿沉底後成為熟蛋塊。