





將雞肉洗淨後，用廚房紙巾吸乾水分，放入滾水鍋中，加入20公升滾水，大火煮開後，轉小火煮15分鐘，取出雞肉，放入冷開水中，浸泡10分鐘，取出後，用廚房紙巾吸乾水分，放入平底鍋中，煎至兩面金黃，即可食用。



將滾水換成滾油，加入500ml滾油，大火煮開後，轉小火煮15分鐘，取出雞肉，放入冷開水中，浸泡10分鐘，取出後，用廚房紙巾吸乾水分，放入平底鍋中，煎至兩面金黃，即可食用。



將滾水換成滾油，加入1公升滾油，大火煮開後，轉小火煮15分鐘，取出雞肉，放入冷開水中，浸泡10分鐘，取出後，用廚房紙巾吸乾水分，放入平底鍋中，煎至兩面金黃，即可食用。



