

# 滑 杓漢兼姪緝 - 滑 球鏃工逢鏃伴掬鏃朵鏃 - 鏃儿櫛鏃冬汉緝愼脛浜ゆ候 西红柿炒鸡蛋

美食

浣滃

鏃賤戣浜庸緝2007/05/18 15:10

原料：

鸡蛋3个,西红柿150克,植物油4汤匙,盐、味精各适量,糖1汤匙。

制作过程：

- 1、将西红柿洗净后用沸水烫一下，去皮、去蒂，切片待用。
- 2、将鸡蛋打入碗中，加盐，用筷子充分搅打均匀待用。
- 3、炒锅放油3汤匙烧热，将鸡蛋放入锅中炒熟盛出待用。
- 4、将剩余的油烧热，下西红柿片煸炒，放盐、糖炒片刻，倒入鸡蛋翻炒几下出锅即成。

炒制此菜时，要旺火速成。虽然这道菜是最普通的家常菜，但炒的好坏一眼可知。这才叫烹饪技法。