

涓 杓漢兼姪緬 - 涓 涑鏃 工 逢 鑑 伴 栲 鏃 朵 簏 -

鏃 几 栲 錦 冬 汉 紺 愼 脍 浜 ゆ 侯

肉末粉丝炒小白菜

美食

浣漏

鎏賤龔浜庸緬2007/05/23 13:16

原料：

肉末100克，粉丝1小捆（约30克），小白菜300克，姜末少许

辅料：

盐、味精、酱油各1小勺

做法：

准备：

粉丝泡发，控干；小白菜切去根，洗净控干，切成3厘米左右长短的小段。

快炒：

1. 油烧热，放入肉末、姜末、酱油，炒散后放入小白菜，待其炒塌软后，放入粉丝。
2. 盖上锅盖小火焖2分钟，放入盐和味精，炒匀关火。

Tips：

1. 小白菜有人爱吃脆一点，有人爱吃烂一点，酌情调整烧菜的时间即可。
2. 如时间宽裕，小白菜先烫煮一下再炒更符合健康要求。