

涓 杓漢兼垢邕 - 涓 洙鏃 工 逢 鑑 伴 栲 鏃 朵 龔 - 鏃 儿 棉 錦 冬 汶 绀 惧 脍 浜 ゆ 侯 凉拌苦瓜的做法

美食

浣漏

鎏賤龔浜庸細2007/08/29 17:00

做法：

- 1、苦瓜一根切片，撒盐用手抓抓，等等，再抓抓，再等等，会出一些水，倒掉。
- 2、蒜捣成泥，放进去，撒些鸡精、熟黑芝麻、辣椒油、橄榄油，拌拌。因为杀苦瓜的苦的时候放盐了，后面就不要放盐了。