

浣滷

配 料：黄瓜 400克。

大蒜 10克 红辣椒 50克。

豆瓣辣酱 10克 白砂糖 20克 味精 2克 香油 3克 盐 2克 各适量

操作:

1. 辣椒洗净切段；蒜头去皮切片。
2. 小黄瓜洗净切长条状，再用盐抓腌，待小黄瓜出水，稍软化后捞出冲洗净，沥干水分。
3. 倒入锅中3克香油，烧热后转用小火，加入辣豆瓣酱爆香，盛出待冷却后备用，将辣椒、蒜，辣豆瓣酱及其他调味料搅拌均匀后，再加入小黄瓜，拌腌1小时，至入味后，就可以盛盘食用了。