

涓 拘灤兼姤細 - 涓 淢鏃口溼鏃伴柵鏃朵璽 - 鏂施儿棉錦/冬汉紺慎施浜ゆ戻 炒茄子省油的窍门

美食

浣漏

鑾賤轔浜庸細2007/04/19 18:33

炒茄子时，将切好的茄块，茄片撒上盐拌匀，搅15分钟左右，挤去渗出的红黑水，炒时不加汤，反复炒至全软。然后，再按自己的口味放入各种调料，这样的作法，既省油，又好吃。