湒 枃瀵兼姤缃 - 湒 浤鏃ユ滏鏂伴椈鏃朵簨 - 鎏儿椯鍗庢汉绀惧尰浜ゆ禩

炒茄子省油的窍门

美食

浣滆

鍙戝竷浜庡細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。