

酸菜丸子炖排骨

2020-09-04 Mars

1 人份

INGREDIENT

酸菜 210g、焯水排骨 300g、丸子 125g、清水 1.5L、姜 8g、
葱 30g、蒜 3 瓣、盐 1 小匙、八角 1 个、花椒 12 粒、丁香 1 个、鸡精适量

PROCESS

- A 酸菜切成丝，控干水分。葱、姜切成片，蒜切成细末；
- B 锅中不放油，大火烧热，下入酸菜丝翻炒至表面略干爽，出香味，盛出备用；
- C 锅中放清水和盐，再放入八角、丁香、花椒，大火烧滚；
- D 滚水中放入焯水排骨，大火滚 10min，滚至汤色变白；
- E 放入 B 步骤煸炒过的酸菜丝，放入丸子，葱和姜；
- F 继续炖煮约 8min，放入鸡精适量，尝一下汤的味道可适量补充一点盐；
- G 出锅后，在顶部撒上蒜末和适量白胡椒粉即可。

TIPS

- ★腌渍类食材用无油锅煸炒一下，香味会更浓郁；
- 沸水中放入焯水或煎炸过的肉类，继续大火滚可以使汤色浓白。