酸菜桂竹筍肉片湯

盛夏已是各式筍子熱情上市的時節，清甜爽脆的筍子搭配各式食材，煮成各式湯品，非常適合在食慾不振的夏天食用。

夏至的此時，已逢桂竹筍季末，準備搭配酸香味十足的酸菜佐以肉片，酸甜口味、層次豐富卻又不過度調味的湯品就能簡單出爐。

酸菜桂竹筍肉片湯

材料

梅花肉片 1盒(180g)

鹽麴(1) 6g

酸菜 1包(320g)

桂竹筍(已切段) 150g

水 800g

鹽麴(2) 適量(調味用)

作法

1. 取 鹽麴(1) 醃肉並塗抹均勻，靜置備用。
2. 將酸菜取出後，以濾網過濾湯汁（酸菜湯汁很重要，請務必留下來），並將酸菜切成適口大小
3. 將水置入鍋中，將桂竹筍置入同煮。
4. 待水滾，置入酸菜，待再次沸騰，置入酸菜液後熄火。
5. 另起一鍋水，將肉片燙熟後，再置入(4)已煮好的酸菜湯拌勻。
6. 試味道，再以鹽麴(2)調味，即可上桌食用。

說明

桂竹筍處理方式：

1.將桂竹筍撕成長條，再將長條桂竹筍切成三到四段，口感較佳。

2.置入滾水中煮滾後可把雜味去除，再撈起放涼。

3.放涼後的桂竹筍可以保鮮盒或袋冰到冰箱，可延長保存期限及保存桂竹筍的鮮甜哦！(通常會於一週內食用完畢，避免腐壞)

1. 鹽麴用於生肉，可以分解大分子蛋白質轉換成為小分子胺基酸，讓食物更好消化；烹飪時把它當作鹽來調味，更能引出食材原味
2. 自家發酵的酸菜，在製作過程已經清洗相當乾淨，直接拆封即可使用，不用再以清水大量沖洗而造成酸香味流失
3. 因為芥菜的葉子是酸菜香氣來源，發酵時會特別保留。但因為纖維較粗，長輩及孩童不易咀嚼及吞食，因此備料過程會先剝開再切細。
4. 蔬食或是素食者，可以直接乾鍋煸香酸菜，待香氣出現，加入油拌炒均勻後，加入水熬煮沸騰，再加入桂竹筍煮滾沸騰後，再加入酸菜汁亦可。(因酸菜帶有水份，乾鍋拌炒酸菜不會造成燒焦情況，且水份慢慢蒸發後，酸香氣將慢慢釋放出來。)
5. 喜歡湯品的顏色清澈，故將肉品另外汆燙熟成後再加入湯品之中。