素烧狮子头的用料

豆腐300g 杏鲍菇20g 香菇20g 铁棍山药1根 姜末5g 盐3g

鸡精1g 面粉30g 淀粉10g 小苏打粉1g 青菜4个 糖5g

素烧狮子头的做法

步骤1

准备主料：豆腐、香菇、杏鲍菇、山药、青菜全部清洗干净。

步骤2

豆腐放入蒸锅里，蒸10分钟。

步骤3

铁棍山药放入热水里烫5分钟。

步骤4

杏鲍菇切细末。

步骤5

香菇也切细末。

步骤6

山药同样切成很细的末。

步骤7

豆腐吸干水分捣碎，放入山药和菇类的末，再放少许姜末，然后加盐和鸡精调味，加入面粉类一起搅匀即可。

步骤8

用手搓出圆球待用。

步骤9

锅中放油烧热到6成，放入圆子炸至金黄。

步骤10

青菜取菜胆在沸水中烫1分钟。

步骤11

另起锅里加水，用生抽、糖、盐、调味，放入炸好的豆腐圆子，小火煨15分钟。

步骤12

摆入碗中，锅里汤汁用水淀粉勾芡，浇在上面即成。

步骤13

最后用胡萝卜碎末点缀装盘。

素烧狮子头的烹饪技巧

添加了小苏打粉使得豆腐的口感更Q弹有嚼劲，青菜烫过后马上浸在冷水里可以保持翠绿的色泽