

虾粥的做法

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678096064160996.html>

范文网，为你加油喝彩！

颐和园和圆明园-环保宣传标语



2023年3月6日发(作者：wifi密码忘了怎么从电脑上查)

生蚝虾仁粥

简介

生蚝具有壮阳解毒、补气血、润肤养颜、宁心安神的功效；虾仁具有滋阴补肾、健胃壮阳、通乳润肺的功效；这两种食材加入猪骨一起煮汤粥，粥品更加鲜味惹口，营养成分更加全面。

食材

主料

仔米60g

基围虾150g

生蚝50g

排骨300g

辅料

清水600ml

盐适量

砂糖适量

生蚝虾仁粥的做法

1.食材：仔米、基围虾、生蚝和排骨

2.基围虾择洗干净，去壳，放入碗中，加入食盐腌制一会

3.利用煲粥时间来择洗生蚝，用白砂糖择洗生蚝，非常干净

4.用清水择洗几遍

5.沥干待用

6.排骨择洗干净，焯烫一下

7.仔米洗净，和排骨一起放入电压力煲内胆中，倒入清水

8.盖锅盖，通电，选择【煲粥】功能键

9.时间到

10.将煮好的粥盛入砂锅中

11.放入虾仁

12.放入生蚝

13.盖锅盖，大火煮至食材熟

14.揭盖熄火，放入味椒盐调味，盛出享用

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发