

包菜炒肉的做法是什么 卷心菜炒肉的家常做法分享

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/e68761e9f3369195ed7683f74c54fad9.html>

范文网，为你加油喝彩！

感谢邀请，包菜在我们当地又叫做卷心菜，是一道经常吃到的家常美食，我就特别爱吃卷心菜。选卷心菜是有窍门的，不同的品种，它的味道做出来是完全不同的，有的好吃，有的做出来就很硬，非常难`wish`的复数吃。

我经常去菜市场挑选包菜，总结出了一个小小的经验，选那种掂量上去比较轻的，这种会非常好吃，就是她看上去包的很结实，但是一掂量就非常轻，其实一棵上面没有那么多的叶子，还有一种就是摸上去非常硬，像是石头一样，掂量起来非常重，这种的就非常难吃，所以去买的时候可以留意一下。卷心菜与肉炒出来以后，味道是非常好的，接下来我说一下具体的制作方法。

准备食材：包菜，猪肉，葱，姜，蒜，醋，干辣椒，生抽，料酒，盐，植物油，鸡精。

烹饪步骤：包菜取回来要清洗一下，把每一片包菜采下来钳工实习报告，放到盆子里浸泡上一段时间，然后再来冲洗干净。猪肉最好是选用比较瘦一些的里脊肉来制作，买回的肉清洗一下，切成薄片。葱姜切成丝，大蒜拍扁，切成小块，干辣椒切成段。锅里放入植物油加热到六成熟以后，先放入葱姜炝锅，放入干辣椒炒出辣椒的香味。然后加入肉片煸炒，炒肉片的时候，改为小火慢慢的炒一下，等到猪肉微微变黄的时候，加入料酒。再把卷心菜放进去炒至七成熟，接着放入生抽，醋，盐，蒜搅拌均匀。炒熟以后撒上鸡精即可出锅食用。

烹饪小提示：

包菜炒肉放入辣椒是非常香的，一定要选用红色的比较辣的，这种干辣椒炝锅以后，会出来浓浓的辣椒香，这样吃上去才过瘾。因为出防灾减灾手抄报文字内容身农村，所以经常听到身边的老人说，在种卷心菜的时候会打非常多的农药，所以菜心里面才不会生虫子，所以每次买回来卷心菜都要非常特别的去清洗一下，大多数都会放上一勺盐去浸泡一下，杀一下细菌，或者是放入果蔬清洗剂去校园广播站浸泡才会放心，建议多清洗一下。在炒至卷心菜的时候，全程要保持大火去炒，也可以把生抽，料酒，还最大的塘鲺有醋提前调配成料汁，大火炒的过程中直接把料汁浇上，这样爆炒出来的味道也很香。

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](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发