

caishu11 / July 16, 2012 12:14PM

[美食菜譜 蒜泥拌白肉](#)

原料：

五花肉3~4大塊、蒜4大瓣左右、大蔥3、4段、[\[url=http://blogsdelagente.com/look2012/\]\[color=white\]\[size=1px\]look 2012\[/size\]/\[color\]/\[url\]](http://blogsdelagente.com/look2012/)姜3片、花椒1茶匙、料酒1湯匙、鹽少許、醬油（生抽，或是涼拌醬油）1湯匙、白糖1/4茶匙、香油1茶匙。

做法：

1.五花肉泡在清水中充分泡去血水；[\[url=http://look2012.bloggospaace.de/\]\[color=white\]\[size=1px\]look2012\[/size\]/\[color\]/\[url\]](http://look2012.bloggospaace.de/)煮鍋裏放入泡好的五花肉、大蔥、姜片、花椒和料酒，同五花肉一起煮。

2.水沸後轉小火煮半小時，[\[url=http://book12.canalblog.com/\]\[color=white\]\[size=1px\]book12\[/size\]/\[color\]/\[url\]](http://book12.canalblog.com/)煮好撈出瀝幹水份，[\[url=http://96325.blogdrive.com/\]\[color=white\]\[size=1px\]luck2012\[/size\]/\[color\]/\[url\]](http://96325.blogdrive.com/)放入冰箱冷藏1小時，取出切薄片。

3.豬肉和冷藏的時候做醬汁，將大蒜搗成蒜泥。

4.將搗好的蒜泥同醬油、[\[url=http://maymeilide.auto-blog.fr/\]\[color=white\]\[size=1px\]maymeilide\[/size\]/\[color\]/\[url\]](http://maymeilide.auto-blog.fr/)白糖、鹽和香油攪拌均勻；最後將醬汁淋在切好的肉片上食用即可。
