

爆炒牛肉怎么做才好吃？3步做法，6大技巧，喷香鲜辣的下饭菜



美食菜谱：爆炒牛肉

【食材配备】

牛里脊500克，1厘米的大葱段3段，姜片少许，辣椒酱1勺（选家人或自己常吃的款式即可），料酒2勺，蚝油和生抽各1勺，盐和鸡精少许，白糖3克。

【烹饪步骤】

1. 把牛肉切成薄片或者细丝，加入一个碗中，倒入料酒、蚝油、生抽、半克的盐和鸡精反复抓捏，腌制15分钟。



【技巧解析】

1.牛肉切片要薄，一般控制在1.5-2毫米左右最佳，若想让牛肉切起来顺畅一点，提前把牛肉放在冰箱冷冻层预先冻20-25分钟再切，这样更容易切出理想的厚度，且炒出来的肉片也会更加嫩鲜。

2.这道美食属于快炒菜的类型，所以全程大火模式，尤其是牛肉入锅前的热锅程序，7成油温一定要满足，一般筷子插入油中，筷尖迅速冒气泡，就说明油温达标了。



5.当然了，爆炒牛肉也可以搭配部分蔬菜一起炒制，比如洋葱、青椒、红椒等等，这样不仅能够增加口感层次，还能够让菜品更加健康营养。

6. 如果你想让爆炒牛肉更加香气四溢，可以在烹饪过程中加入一些花椒和香叶，这样能够让牛肉的香味更加浓郁，非常美味。