

冬天，羊肉鲜香肥美热量高，正是食用的好季节。寒冷的早晨喝上一大碗热腾腾的羊肉汤，一整天都是暖洋洋的，舒服极了。但看似简单的羊肉汤，烹饪起来也是有门道的。

羊肉和其他肉类不同，除了自带一些特殊的膻味，是没有让人不适的“腥味”“骚味”的，所以炖煮羊肉一般都是做“减法”，尽量少添加调味料。



## 炖羊肉时不能放的2种料

### 1、不能放八角

家庭中最常见的就是花椒、八角、桂皮等香料，在炖羊肉时都会放上一些来提香去异味，但很多人却不知

道在炖羊肉时是万万不能放八角的，

老话说“猪不椒、羊不料”，意思就是在做炖煮猪肉时不要放花椒，而在炖羊肉时则不要放八角。



## 炖羊肉的3个小窍门

要想炖出来的羊肉汤鲜肉无膻味，除了要谨记这“2不放”，还有3个小窍门需要大家注意，炖出来的羊肉才会膻味小，更好吃。

1、炖羊肉前，要尽量清洗掉血水。

尤其是血水比较多的部位要反复冲洗。最好将羊肉浸泡在水中一段时间，让血水自己析出，这样能很好地去掉羊膻味，味道也会更加鲜香。



### 3、炖羊肉

虽不能添加八角，但

白芷和小茴香却是羊肉的“黄金搭档”。

适当添加可以提香去腥，让羊汤更鲜美。冬天还可以放一些姜进去，吃起来更加暖身。





若您还有更好的炖羊肉方法，欢迎在评论区里分享。

我是市井觅食记，与世界交手多年，依然光彩依旧，兴致盎然！喜欢专注吃喝玩乐市井小事，每日更新菜谱和美食趣闻，关注我，享受美食不迷路。

。