

如今生活条件好了，家家户户都吃得起肉，很多人买肉的时候也不会只买一顿饭的量，都会选择多买几斤。



下面分享3个解冻肉的小妙招，快速化冻，又鲜又好吃！

妙招1：

首先需要有一个稍微大一点的盆，倒里面
适量温水，大概40°

左右即可，水温太高会把肉烫熟，导致肉腥味都在里面没有散出来；水温过低会导致冻肉表面滋生细菌。

把冻肉块放在水盆里，水量要
盖过肉块，然后放里面一勺食盐
，这里是为了让冰块的溶解度降低，肉块更容易融化。



时间到，这时候肉块就变得很软了，用清水冲洗干净，很容易就能切开，然后就可以开展下一步的操作了。



妙招3：

先把冻肉从冰箱取出来，把食盐均匀地涂抹在肉块的表面，涂完之后放在碗中等10分钟。

时间到，这时候肉块已经变软了，然后往碗中加适量温水，泡5分钟，把血水泡干净。

泡好之后用清水冲洗几遍，就像新买来的肉块一样了。



化开的肉不能浪费，给大家分享一道【胡萝卜炒肉】的做法，荤素搭配，营养又美味！



2.半根大葱切成葱段，生姜切成姜片，两颗蒜切成蒜片，再抓几粒红干椒，半个青椒切成菱形片，切好放入盆中备用。



4.炒锅烧热添入三大勺食用油，油温三成热时改小火，把肉片下锅，轻轻滑散，滑油40秒倒出控油。



6.加入
食盐2克，胡椒粉1
克，生抽5克，蚝油3克，鸡精2克，白
糖1克提鲜，开大火翻炒30秒化开所有调料，即可盛出食用。