

最近不知道怎么有点想念烧烤，记得上一次吃烧烤被朋友推荐了烤牛蛙，我尝试了一下就喜欢的不得了。以前没吃过牛蛙不知道是怎样的味道，其实没什么特殊的，反而还特别香。“稻花香里说丰年，听取蛙声一片。”

今天给大家介绍的是一道不一样的牛蛙——咖喱牛蛙的具体做法步骤，从来没想到这两种食材能够结合在一起。

很多朋友都有这样的疑惑：“

牛蛙皮能不能吃？”

严格来说是可行的，不过因为它的外皮比较粗糙而且因为在水中生活的原因很容易感染寄生虫，如果处理不当的话就会导致相应的疾病，尤其是对胃肠的影响很大。



【菜名】：咖喱牛蛙

【所需配料

】：适量食用油，适量料酒，一勺油咖喱，二十克扁尖笋，两只牛蛙，一小块老姜，适量食盐，两个青椒，一百克毛豆。

【烹饪过程】：

步骤一、事先准备好制作咖喱牛蛙所需要的食材和全部配料，我们首先来处理牛蛙，很多朋友没有做过就来仔细介绍一下。将牛蛙置于流水下反复冲洗两遍，不可食用部分店家基本都处理好了，只需要将里面的筋膜部分去掉，再次洗净，然后剁成适合食用大小的块状即可。



步骤三、干净的炒锅中淋入适量食用油，开火烧热后放入毛豆籽进行煸炒，慢慢的豆子外皮会起皱，变色以后先盛放到小碗里。



步骤五、在锅中重新倒油，等到油温在六七成热的时候将处理好的牛蛙小块全部倒进锅中。



步骤七、加食盐进行调味，然后加入一勺油咖喱翻炒均匀。



步骤九、中小火煮五分钟左右加炒熟的青椒丝，和食材翻炒均匀后再继续煮一两分钟。



【烹饪窍门】：

- 1、新鲜的牛蛙买回来不需要自己做特殊复杂的处理，店家都会把复杂的工序帮忙做好，制作之前一定要仔细清洗干净。
- 2、牛蛙肉软嫩固然好吃，但是不要为了追求嫩而不注意火候，一定要彻底做熟了才行，不然会导致肠胃不适。