



水煮肉片是川菜的一种传统菜式，在四川几乎家家户户都会做。值得一提的是这种肉的制作方法，是将肉先挂糊，再进行烹调，可以保持肉质的鲜嫩，并且易消化，整个过程又没有经过高温的油炸，避免了致癌物质的产生，也算是一种比较健康的肉类烹饪方法。

今天为大家分享的是一道经过改良版的家庭水煮肉片，做法简单易上手，很容易成功。在炎热的夏天吃上这么一顿麻麻辣辣的水煮肉片会让人食欲全开，越吃越上瘾，吃完后出一身汗，畅快淋漓，好不过瘾。做这道菜的猪肉最好选择里脊肉，我这次买到了上好的“黄瓜条”，用来做水煮肉片也很不错。这道菜最大的特点是麻辣鲜香，汤头要红亮，猪肉要滑嫩，给人的感觉一定是色香味俱全。再配上一碗米饭，超满足！

【水煮肉片】

准备食材：猪肉一块，生姜一小块，莴笋一个，口蘑五个，干红辣椒三只，大蒜四粒，胡椒粉少许，花椒粉少许，生抽一勺，鸡汁一茶匙，料酒一茶匙，玉米淀粉适量，盐适量，花生油两勺，郫县豆瓣酱一大勺

制作步骤：

1、猪里脊肉或者黄瓜条切成薄片，切的越薄越好，更容易入味。放入适量的姜丝，生抽，胡椒粉，少许料酒，一茶匙玉米淀粉，少许植物油顺一个方向搅拌均匀，腌制15分钟。



3、锅中放入适量的花生油，先将口蘑放入锅中，小火翻炒，炒到口蘑出水，体积明显变小。



5、接着将莴笋丝放入锅中，大火翻炒一分钟。莴笋丝也可以用黄豆芽，娃娃菜来代替。



7、汤全部留在锅中，火调至最小，将腌好的肉片一片一片用筷子夹入锅中。肉片全部入锅后，开中火煮到肉片颜色变白，放入少许鸡汁，拌均匀后就可以盛出来，装入刚刚放莴笋的碗中。



每天都会和大家分享各种家常美食，如果喜欢我的作品，请关注我，给我点个赞吧，或者分享给您的朋友。您的支持是我进步的最大动力！如果在制作美食的过程中您有更好的方法和小窍门，也欢迎大家给我留言。