

大家好，今天小编来为大家解答皮蛋瘦肉猪肝粥的做法这个问题，皮蛋瘦肉猪肝粥的做法家常很多人还不知道，现在让我们一起来看看吧！

本文目录

1. [一碗皮蛋瘦肉粥怎么做出来的？](#)
2. [猪肝皮蛋枸杞叶汤做法](#)
3. [皮蛋冬瓜猪肝汤的做法](#)
4. [什么瘦肉粥好喝](#)

一碗皮蛋瘦肉粥怎么做出来的？

[微笑]友友好，看到你提出的问题，

[what]一碗皮蛋瘦肉粥是怎样

做出来的，这个问题我来回答。

??猪肉切肉丝，皮蛋一个

[刀]切町块，葱花末，准备好，大

米提前泡好，[来看我]这样煮的粥，柔软

入味，营养丰富.....

[恐惧]水入锅后烧开水，把米

放入锅里，记住一定要用勺子，把

米均匀调动开，不要糊锅底，盖盖

等锅里的水和米在次烧开.....

加入??肉丝，皮蛋，根据

自己的口味放适量盐，继续煮，开

锅后，小??火慢煮，大约半小时左

右，吃饭了[鼓掌]...

[憨笑]记住啊起锅后，放入准

备好的葱花??放入锅里，在放两滴香

香油，美美哒，浓浓的美味，皮蛋

瘦肉粥，开吃了.....

[哈欠]这个就是我做的皮蛋

瘦肉粥，希望我的回答，能给你带

来帮助.....[微笑]祝您开心快乐每一天

猪肝皮蛋枸杞叶汤做法

做法

- 1.鸡蛋去壳，打散；
- 2.猪肝用水洗净，切薄片；
- 3.生姜用水洗净，去皮，切片；
- 4.枸杞菜用水洗净，摘去叶；
- 5.将枸杞枝梗扎好；
- 6.用适量水，猛火煲至滚；
- 7.放入生姜片和枸杞枝梗，煲40分钟；
- 8.取出枝梗，放枸杞叶，待水再滚；
- 9.放入猪肝，候猪肝熟透；
- 10.放鸡蛋浆，稍滚；

11.以盐调味，即可饮用。

皮蛋冬瓜猪肝汤的做法

食材：冬瓜400g、皮蛋2只、猪肝一块、生姜3片、大葱一根、味精1勺、胡椒粉1勺、食盐适量

做法：

1、把冬瓜冲洗干净，沥干水之后，去掉外皮，再用刀把冬瓜切成小块，放入干净的小盆里面，备用；

2、把皮蛋去壳后，冲洗干净，沥干水，再用刀把皮蛋切成小块，放入盘子里面备用，猪肝洗净切片；

3、把大葱冲洗干净，沥干水之后，再用刀切成葱花；把姜冲洗干净，再用刀切成姜丝；备用；

4、热锅烧油，油热后放入切好的姜丝和葱花爆香；

5、再放入切好的皮蛋爆炒匀，倒入适量的水大火烧开后放入冬瓜块和猪肝；

6、煮炖一会儿之后，味精、胡椒粉和食盐，搅拌均匀，煮炖到食材成熟入味；即可；

什么瘦肉粥好喝

生活中最营养的早点应该就是粥了，这里的粥不是指我们去早餐店买的那种一杯一杯的粥，早餐店的粥太简单，我们所说的粥是经过熬煮的粥。熬粥的时候人们往往都喜欢往往粥里面添加一些有营养的食材，能够让粥变得更有营养且更美味，比较出名的就有海鲜粥、皮蛋瘦肉粥、香菇瘦肉粥等。

对上班的人来说，前一天晚上将米洗好，早上起来就可直接进行二次加工，也非常方便。因为海鲜粥相对来说要成本要贵很多，所以这类粥品主要还是以瘦肉粥为主。但是煮瘦肉粥也有苦恼，因为粥品清淡，往往吃起来就会有一股肉腥味，影响口感！

青菜瘦肉粥

对于瘦肉粥来说，口感的主要重点在于瘦肉上。我们都知道瘦肉都会带有一定的腥味，平常炒菜时可能不觉得，因为毕竟口味重，但是放在粥里的时候，因为粥品清淡，吃起来总免不了有些腥味，那该怎么办呢？今天小编告诉你，煮瘦肉粥时，不要直接放肉，多加这1步，肉粥不腥不腻特好喝！

准备食材：瘦肉、青菜、大米、料酒、盐、淀粉、葱花

具体步骤：

首先就是食材的准备，尤其是大米，起码要提前浸泡半个小时，上班族提前一晚上浸泡也是可以的，或者说直接前一晚上定好时间开始煮也可以。大米煮粥的时候要注意水量，不要让水漫出来就可以了。

在煮大米的过程中，我们就可以准备瘦肉的前期工作。瘦肉要切成肉末，然后准备碗装入，依次放入料酒、少许盐和一点淀粉将瘦肉进行腌制，腌制十分钟左右，一定要进行这一步，否则肉会带腥味。将青菜洗净切成末，葱花切好备用。

等粥煮得差不多的时候，大约25分钟，将瘦肉放入粥中熬煮，再加适量盐，大火煮开之后转小火熬十分钟，在出锅前的三分钟放入青菜，稍微煮一下，随后撒上葱花就可以出锅了。

小贴士：如果家中备有皮蛋的话，可以改成放皮蛋，皮蛋可以和瘦肉同时放，就可以变成好吃的皮蛋瘦肉粥了！

好了，关于皮蛋瘦肉猪肝粥的做法和皮蛋瘦肉猪肝粥的做法家常的问题到这里结束啦，希望可以解决您的问题哈！