

## 椒香鸡翅 7分钟享受夜市烧烤滋味——杭州烧烤培训

产品名称	椒香鸡翅 7分钟享受夜市烧烤滋味——杭州烧烤培训
公司名称	合肥军地饮食培训中心
价格	.00/普通
规格参数	
公司地址	合肥合肥市长江东路漕冲旁（合肥军地饮食培训中心）
联系电话	0551-4310716 13956929200

### 产品详情

安徽烧烤培训 合肥烧烤培训 芜湖烧烤培训 六安烧烤培训 浙江烧烤培训 杭州烧烤培训 余姚烧烤培训 上海烧烤培训 阜阳烧烤培训 杭州烧烤培训 椒香鸡翅 可能看到这里,会有热心观众跑出来说女孩子不要吃那么多鸡翅啦会有激素啦什么的。首先,那个激素打在鸡翅上我们就吃进肚子的言论是不正确的;其次呢,何止是鸡翅,白开水喝多了都加重肾脏负担呢!又或许有热心观众会说微波炉做的菜没有营养啊怕不熟什么的。烹饪时间不是自己掌握的么,不熟就"叮"多几分钟呗!至于营养流失,这个我回答不了很专业,但我要说的是,任何再营养的食物,也是要适可而止的!任何不营养的食物,偶尔吃吃也无妨的!

想品尝美味,就不要计较太多,除了米饭,有谁会一日三餐每周7天地大量吃同样一个菜?离超标远着呢!自从买了烤箱后,的确是开始了一段很新鲜有趣的"烤"生活,不过考虑到微波炉相对比烤箱普及,所以这次的"美食挑战"我就为大家上个微波炉菜吧,简单快捷又美味! 原料 主料:鸡中翅若干只

调料:盐、生抽、辣椒粉、白胡椒粉 制作

- 1、洗净的鸡翅两面都划上两刀,以便入味(也可以用叉子戳一下,如果很懒就省略此步骤)
- 2、加入少许盐、生抽、砂糖(提味用,可不放)、料酒(去除肉腥味),拌匀后放置一边,腌制2小时左右
- 3、鸡翅摆好放在微波专用盘子上,微波中火"叮"3分钟 4、取出,将盘子里"叮"鸡翅出来的水分箅出倒掉 5、往鸡翅身上轻轻扫一层植物油,分别洒上现磨白胡椒粉和辣椒粉,也可以根据自己的爱好洒上花椒粉孜然粉等~ 6、再入微波炉中火"叮"4分钟 7、取出鸡翅,最后再洒一点白胡椒粉,即可品尝美味 香~ 菜品特色

1、超香的现磨白胡椒 辣椒粉,让鸡翅香辣可口,吃了还想吃!

2、制作简单,干净卫生,无油烟无炭灰,微波烹饪仅仅7分钟就能让你在家享受到夜市烧烤的美味! 美味提示

- 1、微波时间要根据鸡翅的多少及自家炉具的情况,如果不确定,可以两三分钟这样逐级"叮",以达到目标为止
- 2、如果你喜欢肉的口感嫩一点,可以适当减少一两分钟,如果想吃肉干一点的,可以增加一两分钟

军地饮食培训中心 安徽烧烤培训 合肥烧烤培训 芜湖烧烤培训 六安烧烤培训 浙江烧烤培训 杭州烧烤培训 余姚烧烤培训 上海烧烤培训 阜阳烧烤培训