

# 漯河南瓜早餐粥 南瓜早餐粥多少钱 冬至速冻

产品名称	漯河南瓜早餐粥 南瓜早餐粥多少钱 冬至速冻
公司名称	泰安市泰山区冬至速冻食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	山东省泰安市泰山区南河西村
联系电话	13153889089 13153889089

## 产品详情

### 韭菜虾仁粥的做法

- 1准备好所有的食材。
- 2大米淘洗干净清水浸泡20分钟.
- 3大虾去壳和肠线加入胡椒粉，料酒拌均匀。
- 4然后开水焯烫一下备用。
- 5韭菜洗净切段备用。
- 6沙锅中水烧开倒入大米。
- 7搅拌均匀大火煮开。
- 8加盖小火慢熬。韭
- 920分钟后米微烂可加入色拉油搅拌继续煮至。
- 10米已经熟烂。
- 11加入虾仁煮上3分钟。
- 12加入盐。
- 13加入胡椒粉调味。

14再放入韭菜。

15搅拌均匀煮上1分钟关火。

### 小贴士

煮粥宜开水下米，即可防止占底也能使米熟的更快。

煮粥米微烂的时候加入一些色拉油搅拌继续煮至，可使成品粥色泽鲜亮入口香滑。虾仁加一些胡椒粉和料酒去腥味，在用开水焯烫一下，这样处理过的虾仁煮粥可减少腥味，粥品味道更鲜美。

## 香菇鸡丝粥的做法

1鸡脯肉切成细丝加少量盐、生粉和水拌匀入味，水发干香菇洗净捏干水份切丝，小葱切末，泰国香米适量，高汤一碗

2米淘洗干净下入砂锅中，加入半锅水，再倒入高汤，下入香菇丝，盖上盖，大火煮开

3煮至沸腾后，加一勺盐搅匀，用两支筷子这样架着锅盖闷煮，记得每间隔5分钟要打开锅盖，用汤勺铲动一下锅底，防止巴锅糊底

4煮约15-20分钟后，粥就已经煮得很浓稠了，改大火，烧至翻滚时下入鸡丝，并用筷子快速搅拌，看到鸡丝变色不带生肉色时，立即关火

5加入适量鸡精、白胡椒粉调味，撒上葱花即可

6盛入碗中，南瓜早餐粥生产厂家，即可享用了

### 小贴士

1.煮这款粥的香菇一定要选择干香菇，而不要选择新鲜香菇，因为干香菇的味道更加浓郁，新鲜香菇煮出来的粥不鲜；2.正宗的潮汕砂锅粥的做法中一定是要加入姜丝的，但因为俺家儿子不喜欢生姜的味道所以没加，但建议亲们如果要做的話一定要加，加了会更加增鲜增味；3.俺家坨屁屁岁半了所以食材不用切得太碎，切成丝就行，但如果想做给更小的孩子吃，南瓜早餐粥多少钱，香菇和鸡丝切成末，这样更利于孩子咀嚼，不过肉末相应煮制的时间就要短些，基本上开锅下下去搅两搅就得关火了，在此提醒妈妈们注意；4.煮粥不比炒菜或者做汤，因为是得大口大口当主食吃的东西，所以调味一定不能重，盐、鸡精、胡椒粉和份量应该是平时做菜的1/2或者1/3，过咸反而就不鲜了，这一点切记！

## 山药薏米粥的做法

药具有健脾、补肺、固、益精等多种功效。多吃山药对人体健康非常有益。薏米可以排水，健脾，常食可以保持人体皮肤光泽细腻，消除、斑雀、老年斑、斑、蝴蝶斑，对脱屑、皲裂、皮肤粗糙等都有良好。我都是多加一点山药，喜欢吃粥里面的山药，加一点糯米熬煮，美味健康的好喝

1准备食材，铁杆山药去皮洗净，去皮要带手套，容易过敏的

2薏米洗净，泡一晚上，南瓜早餐粥厂家，大枣洗净泡10分钟

3山药切块

4糯米洗净放入电高压锅，加适量的水，1000克左右

5加入切好的山药

6加入洗净的大枣，按煮粥键20多分钟就煮好了

7电高压锅解压以后，漯河南瓜早餐粥，可以打开锅盖

8熬煮好的粥

小贴士

薏米要提前泡，2小时以上，这样煮的软好吃，电高压锅煮粥很省事。

漯河南瓜早餐粥-南瓜早餐粥多少钱-冬至速冻(推荐商家)由泰安市冬至速冻食品有限公司提供。泰安市冬至速冻食品有限公司(www.dzsdsp.com)位于山东省泰安市泰山区南河西村。在市场经济的浪潮中拼搏和发展，目前冬至速冻在速冻面点中享有良好的声誉。冬至速冻取得商盟认证，我们的服务和管理水平也达到了一个新的高度。冬至速冻全体员工愿与各界有识之士共同发展，共创美好未来。