

临沂黑米早餐粥 黑米早餐粥出售 冬至速冻

产品名称	临沂黑米早餐粥 黑米早餐粥出售 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

海鲜蔬菜瘦肉粥的做法

1将大米清洗干净

2倒在锅内加适量冷水开始煮至，开锅以后关小火，黑米早餐粥多少钱，锅的盖子留个缝，不然容易溢锅

3瘦肉切丁姜切丝加适量胡椒粉

4加适量盐搅拌均匀腌制一会儿

5北极虾提前拿出来化开

6芹菜叶和香葱清洗干净

7切成末备用

8粥即将煮好了加入腌好的猪肉丁

9看到猪肉丁变色了加入北极虾

10再加入芹菜叶，搅和一下再加适量盐关火

11后撒入香葱末

12盛入碗中开吃

小贴士

因为北极虾本身就是煮熟了的，所以下锅热一下就可以了，不用久煮。

蜜果糯米冰粥怎么做

蜜果糯米冰粥

【材料】

豌豆、红小豆、绿豆、紫糯米各30克，圆糯米20克，水果罐头(菠萝、西瓜、梨)适量;蜂蜜、冰糖、bing屑各适量。

【做法】

- 1.把豌豆、红小豆、绿豆、紫糯米分别洗净，入清水浸泡2小时。
- 2.锅置火上，倒入清水与各种豆类，煮熟，晾凉，拌入蜂蜜，密封放入冰箱24小时。
- 3.锅内放入清水、圆糯米、紫糯米，煮至粥黏稠，加入冰糖调味，晾凉后，临沂黑米早餐粥，先把冰屑盛在碗中，浇一勺米粥，撒上水果罐头，再淋上豆类即可。

木瓜粥的做法

木瓜粥具有平肝和胃，舒筋活络，软化血管，养颜，黑米早餐粥销售，增强体质之保健功效；木瓜是一种营养丰富、有百益而无一害的果之珍品。

- 1木瓜去皮切成小块
- 2上锅蒸熟
- 3长香米洗净浸泡一会
- 4先用旺火煮沸后，再改用小火煮半小时
- 5下入蒸熟的木瓜
- 6放冰糖调味，黑米早餐粥出售，也可以不放
- 7续煮至粳米软烂，即可盛起食用。

小贴士

木瓜可以蒸一下再放入也可以不蒸，不蒸就是吃起来有些酸涩味。

临沂黑米早餐粥-黑米早餐粥出售-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)坚持“以人为本”的企业理念,拥有一支技术过硬的员工队伍,力求提供更好的产品和服务回馈社会,并欢迎广大新老客户光临惠顾,真诚合作、共创美好未来。冬至速冻——您可信赖的朋友,公司地址:山东省泰安市泰山区南河西村,联系人:施经理。