

## 银耳汤怎样做

食材明细银耳10克红枣8个冰糖20克甜味口味炖工艺数小时耗时简单难度【星月厨房】炎炎夏日自制银耳汤的做法步骤1首先我要讲这个挑选材料.在市场上最好挑选颜色偏黄的银耳.这种银耳的颜色才是真的本色.很多超市卖的雪白的银耳很多都是用硫磺烟熏过后出来的效果.当然你是招待客人或是餐厅食用.为了美观也可以用这种材料.但是如果是自己食用.我劝大家还是买本色的更好.虽然颜色没有那么好看.但是口感和卫生安全上来说这个更有保障不是吗?将银耳和红枣用凉水发制一个小时。2将发制好的银耳去掉下面偏黄坚硬的根部。3将剩下的银耳用手撕碎成小块。4将高压锅掺水1500克左右.将红枣,银耳,冰糖依次放入锅中。5将步骤调整到豆类制品.按键开始即可.第一次熬制不会达到理想的标准.还需要经过第二次加工才行.没有高压锅的朋友可以用电饭锅.开到煮稀饭的位置,反复3次也可以达到理想的效果.这样做方便懒人.即不用看锅.又不担心水干没干.以前我都是用煲锅顿,但是觉得要守在那里很麻烦老是放不开.其实我觉得这样做的一样达的到效果。6将熬制好的银耳汤放入冰箱保鲜室冷冻1小时左右。7肚子饿了又不想吃饭就可以盛一碗出来吃.暂时可以填饱肚子。8熬制得好的银耳汤应该是很浓稠牵丝状.往下倒的时候不会象清水哪样掉线的。

## 银耳汤怎样做

食材明细银耳10克红枣8个冰糖20克甜味口味炖工艺数小时耗时简单难度【星月厨房】炎炎夏日自制银耳汤的做法步骤1首先我要讲这个挑选材料.在市场上最好挑选颜色偏黄的银耳.这种银耳的颜色才是真的本色.很多超市卖的雪白的银耳很多都是用硫磺烟熏过后出来的效果.当然你是招待客人或是餐厅食用.为了美观也可以用这种材料.但是如果是自己食用.我劝大家还是买本色的更好.虽然颜色没有那么好看.但是口感和卫生安全上来说这个更有保障不是吗?将银耳和红枣用凉水发制一个小时。2将发制好的银耳去掉下面偏黄坚硬的根部。3将剩下的银耳用手撕碎成小块。4将高压锅掺水1500克左右.将红枣,银耳,冰糖依次放入锅中。5将步骤调整到豆类制品.按键开始即可.第一次熬制不会达到理想的标准.还需要经过第二次加工才行.没有高压锅的朋友可以用电饭锅.开到煮稀饭的位置,反复3次也可以达到理想的效果.这样做方便懒人.即不用看锅.又不担心水干没干.以前我都是用煲锅顿,但是觉得要守在那里很麻烦老是放不开.其实我觉得这样做的一样达的到效果。6将熬制好的银耳汤放入冰箱保鲜室冷冻1小时左右。7肚子饿了又不想吃饭就可以盛一碗出来吃.暂时可以填饱肚子。8熬制得好的银耳汤应该是很浓稠牵丝状.往下倒的时候不会象清水哪样掉线的。