

吃饭聊天 火锅第一



滋补猪骨铜火锅

汤底: 猪骨 葱 姜 料酒 枸杞 桂圆
菜品: 羊肉片 肥牛 生菜 牛百叶 冻豆腐 绿豆杂面 菠菜 茼蒿 白菜 粉丝
蘸料: 芝麻酱 生抽 盐 辣椒油 韭菜花 酱豆腐 葱末 香菜

做法:

- 1、锅中加足量清水,放入猪骨,调少许料酒、姜块,大火煮沸后捞出;
- 2、另起锅,将猪骨、姜片放入,大火煮沸撇去浮沫;
- 3、改至小火保持汤面微开,慢煮1小时,取骨汤备用;
- 4、骨汤倒入铜锅中,加枸杞、桂圆,加热的木炭放入锅中加热;
- 5、生菜、茼蒿、菠菜、白菜、香葱、香菜择洗干净,沥水;
- 6、芝麻酱倒入容器,调入适量盐、生抽,顺同一方向搅拌至粘稠;
- 7、分次加入少许凉开水调稀,搅拌至呈丝带状即可;
- 8、再依个人口味加入辣椒油、韭菜花、酱豆腐、葱末、香菜末调匀;
- 9、汤底烧沸即可涮食。



酸汤鱼片火锅

汤底: 西红柿 盐 味精 醋 糖 香葱 生姜 料酒 豆瓣酱 白糖 泡椒 豆瓣酱
草鱼腌制佐料: 葱 姜 蛋清 干淀粉
菜品: 草鱼

做法:

- 1、鱼清洗干净,片成鱼片,放入碗中;
- 2、加入适量拍碎的姜片和葱白段,调入食盐和料酒,用筷子从底下往上挑,轻轻地翻拌均匀,腌制15分钟左右;
- 3、取出葱、姜,加入蛋清、干淀粉,再用筷子轻轻翻拌均匀;
- 4、起锅放油翻炒西红柿至出浓汁后,加入开水,接着放盐、味精、醋、糖等调味;
- 5、起锅热油,放入葱姜丝煸炒出香味,下入切碎的泡椒和豆瓣酱;
- 6、翻炒出红油,加入泡椒水,调入白糖提鲜;
- 7、盖上盖子大火烧开,转中小火煮约3分钟,让汤底香味浓郁;
- 8、把上述4种煮好的酸汤过滤到火锅里,再把腌制好的鱼片装盘;
- 9、把火锅放在电磁炉上烧开,就可以慢慢煮鱼片了。



满堂红猪血火锅

汤底: 猪骨高汤 盐 红葱头末 葱姜蒜末 花椒 干红椒 豆瓣酱 西红柿 白糖 鸡精
菜品: 猪血 嫩豆腐 青椒 红椒 青蒜

做法:

- 1、准备好所有原料,备好骨汤汤底;
- 2、猪血、豆腐缓水冲洗干净,切成小块,所有配料改刀切好;
- 3、锅中加入适量水,调入少许盐,烧开后下入豆腐焯一下水;
- 4、关火后下入猪血过一下开水;
- 5、锅中加入适量油,下入切好的红葱头末和葱姜蒜末,煸出香味;
- 6、把花椒和干红椒事先过一下水,再放入锅中,中小火炸出香味;
- 7、调入豆瓣酱,翻炒出红油,下入切好的西红柿,煸炒至西红柿变软;
- 8、加入高汤,调入白糖提鲜;
- 9、盖上盖子大火烧开后转中小火煮2分钟左右;
- 10、下入一半的猪血和豆腐,煮约3分钟;接着放入切好的青红辣椒段,继续煮约1分钟;
- 11、最后撒入青蒜段,调入少许鸡精,关火;
- 12、移至火锅盆里,等快吃完的时候再煮剩余的猪血和豆腐。

鲜鸡汤辣子鸡火锅

汤底: 鸡腿 葱段 姜片 蒜片 枸杞 大枣 花椒粒 干红辣椒 豆瓣酱 酱油 料酒 白糖 鸡胸肉
鸡胸肉腌制佐料: 料酒 酱油 水淀粉
菜品: 鸡腿菇 香菇 木耳 豆腐皮 豆腐 羊肉片 肥牛片 蟹肉棒
蘸料: 芝麻 酱腐乳 韭菜花 白糖 盐 鸡精 葱姜蒜末 香菜末

做法:

- 1、鸡腿洗净,放入锅中,加清水,放入葱段、姜片、枸杞、大枣,大火煮开后改成小火再煮1小时备用;
- 2、洗净鸡胸肉、香菇、木耳、豆腐皮、豆腐、羊肉片、肥牛片、蟹肉棒备用;
- 3、鸡胸肉洗净切成方块,用料酒、酱油、水淀粉上浆腌一下;
- 4、芝麻酱倒入容器,调入适量盐,顺同一方向搅拌至粘稠;
- 5、接着放入腐乳、韭菜花、糖、鸡精,分次加入少许凉开水调稀;
- 6、搅拌至呈丝带状即可,最后放葱姜蒜末搅匀就成了;
- 7、炒锅倒油烧热,下葱姜末、蒜片、花椒粒、干红辣椒、豆瓣酱,用小火炒约2分钟,至豆瓣酱出红油;
- 8、倒入生抽酱油、少许料酒、白糖继续炒匀;
- 9、然后放鸡肉块,用小火翻炒约1分钟,至鸡肉入味;
- 10、倒入鸡汤,煮滚,就可以用来涮菜吃了。

