

香菇食谱之猪肉类 11：香菇炒肚丝

11. 香菇炒肚丝

原料：干香菇 25 克，鲜猪肚 250 克，冬笋 250 克，瘦肉 150 克，韭黄 75 克，肉骨汤 1 公斤，食油、料酒、精盐、白糖各适量，姜片、胡椒粉、干淀粉、水淀粉各少许。

制法：将猪肚用盐搓洗后，在开水锅中煮 10 分钟，洗去内膜，入锅加水、精盐、姜片煮熟后切丝；把香菇洗净后用温水发透，去蒂切丝，保留浸菇水；将瘦肉切丝，用水淀粉拌匀；将冬笋切丝，在开水锅中焯透捞出。炒锅置旺火上，加入底油，将肉丝下锅炒熟，捞起沥去余油。原锅加入香菇丝、肚丝、冬笋丝、肉丝，煸炒几下后加肉骨汤、浸香菇水、料酒、精盐、白糖，烧开后用水淀粉勾芡，撒韭黄，点熟猪油，盛起撒胡椒粉即成。

