

宁夏菜经典菜肴介绍 04：手抓羊肉

手抓羊肉是宁夏的十大经典名菜之一。手抓羊肉是回族，维吾尔族等地人爱吃的名菜。手抓羊肉是将羊肉洗净剥成长方块，放入锅里，加入清水，花椒，香料，葱姜片，开火煮 3 个小时，捞出装盘，在放入蒸笼里蒸 10 分钟出锅端出，配上蘸料食用。手抓羊肉的口感：香嫩香咸，原汁原味，非常好吃。

