

## 西藏菜经典菜肴介绍 11：洛乍



洛乍又叫炸灌肺，是流行于西藏的一种用羊肺制成的美食。这道菜主要是饭桌上的一道凉菜，在吃饭前吃上一口炸灌肺，鲜香开胃，用它来作为一道开胃凉菜来说非常不错。

其做法是将羊肺裹上面粉和酥油等，先放锅里煮一下后炸至淡褐色即可。炸完后的洛乍外酥里嫩，味道香美。