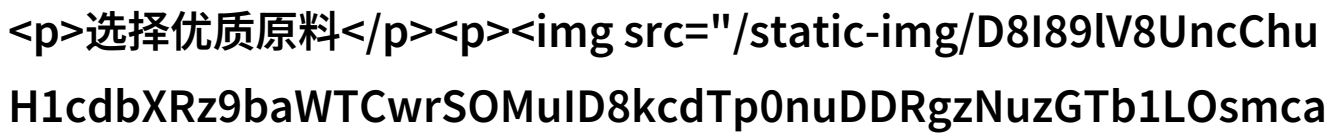
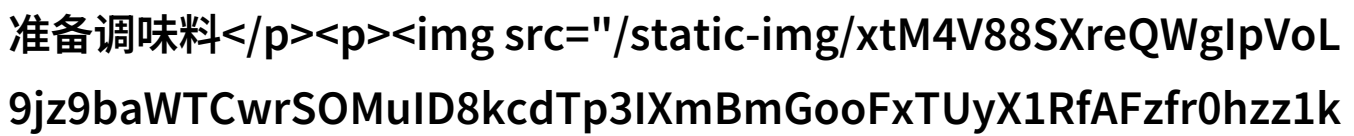


# 冰糖炖五花肉一道传统而美味的家常菜

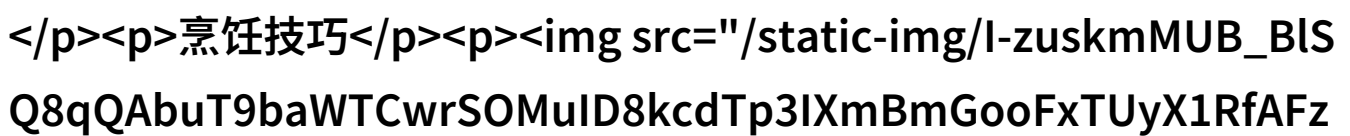
选择优质原料

独占1V1冰糖炖五花肉，首要的是选用新鲜嫩滑的五花肉。一般来说，猪皮下的部分更适合做这道菜，因为它含有较多的脂肪和胶原蛋白，可以在烹饪过程中增加汤汁的丰富度和口感。

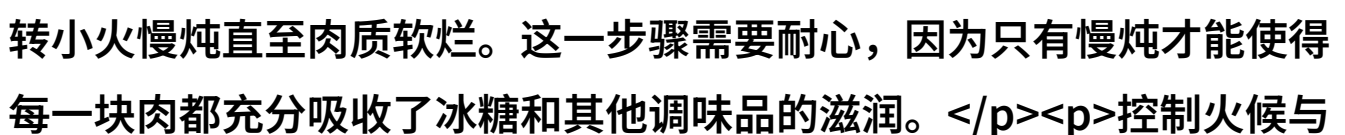
准备调味料

除了冰糖，还需要一些其他香料来增添风味，比如桂皮、姜片、八角等，这些香料在煮制过程中释放出的气息可以使整个料理更加浓郁。

烹饪技巧

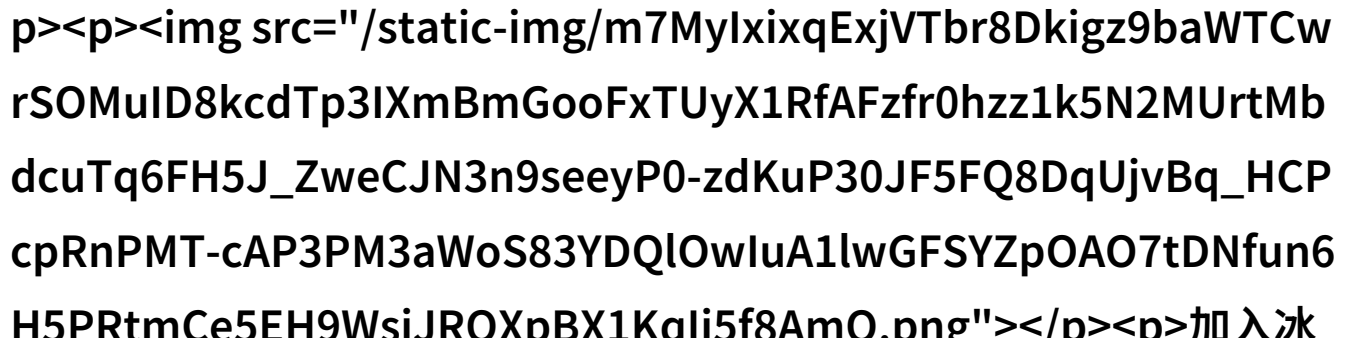
将五花肉洗净后，用开水漂去血污，然后切成大块。接下来，将切好的肉块放入锅中，加上足够的清水和调味品，旺火烧开后转小火慢炖直至肉质软烂。这一步骤需要耐心，因为只有慢炖才能使得每一块肉都充分吸收了冰糖和其他调味品的滋润。

控制火候与时间

在慢炖过程中，要根据实际情况调整火候，以确保汤汁不太粘稠也不

宜过于稀薄。通常建议至少炖6个小时以上，让所有元素融为一体，最终呈现出色泽金黄且滋养无比的特色菜肴。

调整甜度与酸性



加入冰糖时，要注意控制其量，不宜过多以免造成甜度过高影响整体口感。此外，在加盐之前，可先尝试一下汤中的口感，如果觉得稍微偏酸，可以适当添加少量食醋或老抽来平衡甜酸比例，使之更加完美。

完善装盘方式

最后，将经过精心调理的小扁担仔牛油渣放在碗底，再撒上一些葱花作为点缀，并且可以根据个人喜好搭配米饭或者面包一起享用。在装盘时还需考虑视觉效果，使得餐桌上的氛围也同样温馨舒适。

[下载本文pdf文件](/pdf/494650-冰糖炖五花肉一道传统而美味的家常菜肴.pdf)