

莲藕玉米排骨汤



准备食材:排骨, 莲藕, 玉米, 胡萝卜, 姜片。

做法步骤:

- 1、排骨剁成小块, 清洗干净血水, 冷水下锅焯水, 放入姜片去腥, 煮开后撇掉浮沫, 再将排骨捞起来, 清洗干净浮沫。
- 2、莲藕削掉外皮, 清洗干净切成小块。胡萝卜去皮, 洗净后切成滚刀块。玉米洗净后剁成小块。
- 3、将排骨、莲藕、胡萝卜、玉米和姜片放入汤锅中, 加入适量的清水, 盖上盖子炖煮一个小时。
- 4、炖煮好了之后, 加入食盐调味, 搅拌均匀煮至入味, 即可出锅开吃。