

## 山药炒木耳



**准备食材：**山药、黑木耳、青红椒、大蒜

**做法步骤：**

- 1、将山药削皮，斜刀切段，再切成菱形片。
- 2、黑木耳提前泡发，洗净后切成小块。青红椒去籽，切成小块。大蒜切末备用。
- 3、锅中倒入适量的水，水煮沸后放入山药和黑木耳，焯水捞出控干水分。
- 4、锅中加入适量食用油，油热后放入蒜末煸炒出香味。
- 5、加入青红椒、山药和黑木耳，翻炒几下，加入适量的盐和鸡精翻炒，再加入水淀粉，快速翻炒几下，即可出锅装盘。