

## 干煸花菜



**准备食材：**花菜，干辣椒，姜片，蒜瓣，豆瓣酱，葱段。

### 做法步骤：

- 1、花菜剪成小朵放入清水中，放入食盐浸泡十分钟，再清洗干净控干水分。
- 2、起锅烧水，水烧开后放入食盐和食用油，再放入花菜焯水煮一分钟，然后控干水分备用。
- 3、起锅烧油，油热后放入姜片、干辣椒、蒜瓣炒出香味，再放入豆瓣酱炒出红油，然后放入花菜翻炒均匀上色和入味。
- 4最后放入生抽、蚝油调味，翻炒均匀入味后放入葱段翻炒几下即可出锅装盘开吃。