

## 凉拌菠菜



**准备食材：**菠菜，蒜末，白芝麻。

**做法步骤：**

- 1、菠菜掰开后放入清水中清洗干净，锅中水烧开后，放入食盐和食用油，再放入菠菜焯水煮熟，然后捞起来挤干水分装入盘中备用。
- 2、凉拌酱汁：碗中放入蒜末和白芝麻，浇上热油激发出香味，再加入食盐、生抽、白糖、香醋，搅拌均匀即可。
- 3、将凉拌酱汁倒入菠菜中，抓拌均匀腌制入味即可上桌开吃。