

【盐】

炒鲜虾扇贝



材料[2人份]

- 鲜虾(中)(10尾)
- 新鲜扇贝(5个)
- 芹菜(1根)
- 木耳(泡水)(2朵)
- 胡萝卜(1/4根)
- 姜, 葱(适量)
- 沙拉油, 麻油, 盐, 胡椒(适量)

作法

- ① 虾子去肠泥去壳, 和扇贝一起撒盐调味後, 热水川。
- ② 热锅後倒入1大匙沙拉油, 将切碎的生姜和葱爆香, 放入切成短片的芹菜, 红萝卜, 木耳拌炒後, 加入①
- ③ ②以盐和胡椒调味, 淋上麻油醒香即完成!

刚刚好的盐量
最美味!

