

公馆名菜·酒香红烧肉



▲ 停不下来的摄像小哥

酒香不怕巷子深，肉香不怕长肥胖。红烧肉是灵魂食物，是配饭神器是解闷良方。



陈华

富临大都会

行政总厨

所需食材

三线五花肉-5斤、姜-20克、葱-20克、

糖色（冰糖炒制）-50克、醪糟水-30克、

葡萄酒-150克、大头腌菜-15克、

金华火腿-50克、原汤-200克、

料酒-少许、花椒-少许

ps：五花肉需选用三线五花肉，肥瘦相间，口感最佳。

具体用量 根据个人喜好添加

第一步：前期食材处理

□ 将五花肉洗净后，把锅烧红，将五花肉皮朝下把五花肉的皮在锅中烙一下。然后捞出用刀把表皮糊的地方刮洗干净。

□ 在锅中放入清水，将整块五花肉放入锅中，加入姜、葱、料酒、几颗花椒、大火烧开，五花肉熟后沥水捞出。



▲ 五花肉表皮烙黑的地方一定要刮干净哦，不然残留在肉上后面会发黑发苦影响口感。

第二步：下锅油炸

□ 锅中倒油，油烧热后，将一整块五花肉放入锅中油炸，炸至表皮金黄，表皮起泡时即可沥油捞出。

□ 将五花肉放入菜板内皮朝上，温度降下后改刀成6-7厘米左右的正方形。



▲ 改好刀再下锅炸的话，会使瘦肉里的水分以及蛋白质在油温下快速流失，吃起来会很柴。整块下锅油炸再改刀就会使得肉质更细嫩。

第三步：炒糖色

□

锅里

留底油，

放入冰糖，小火炒

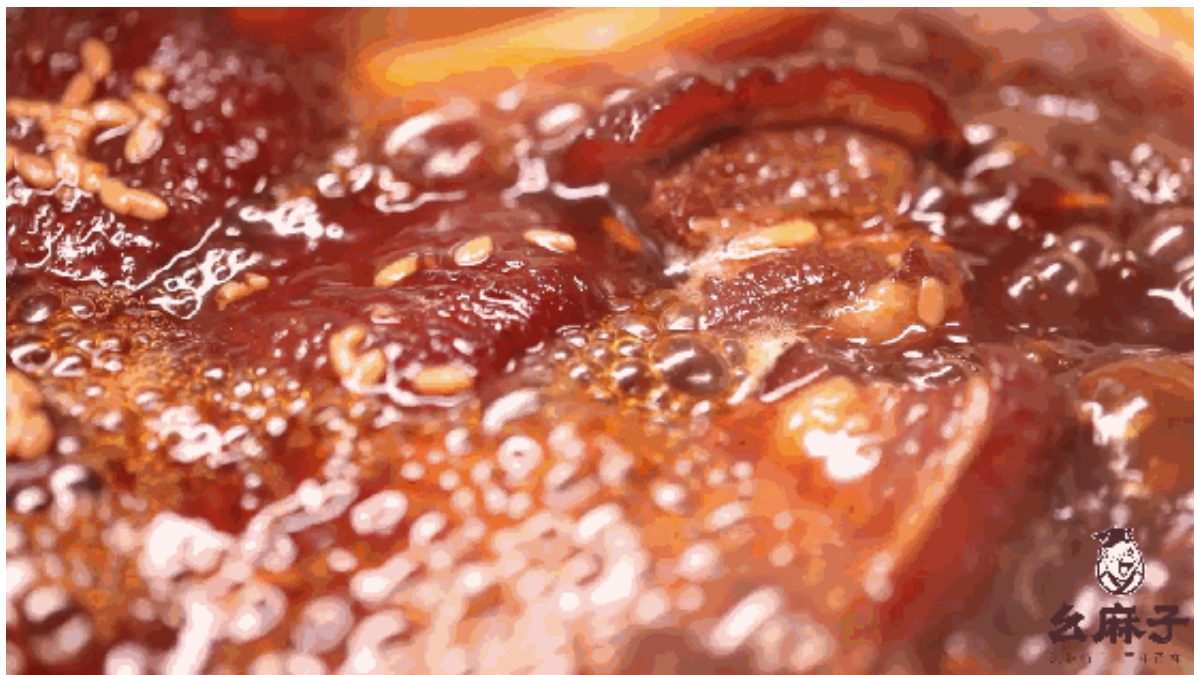
制冰糖完全融化，出色并且翻泡的时候，加入开水，炒匀后出锅装碗。



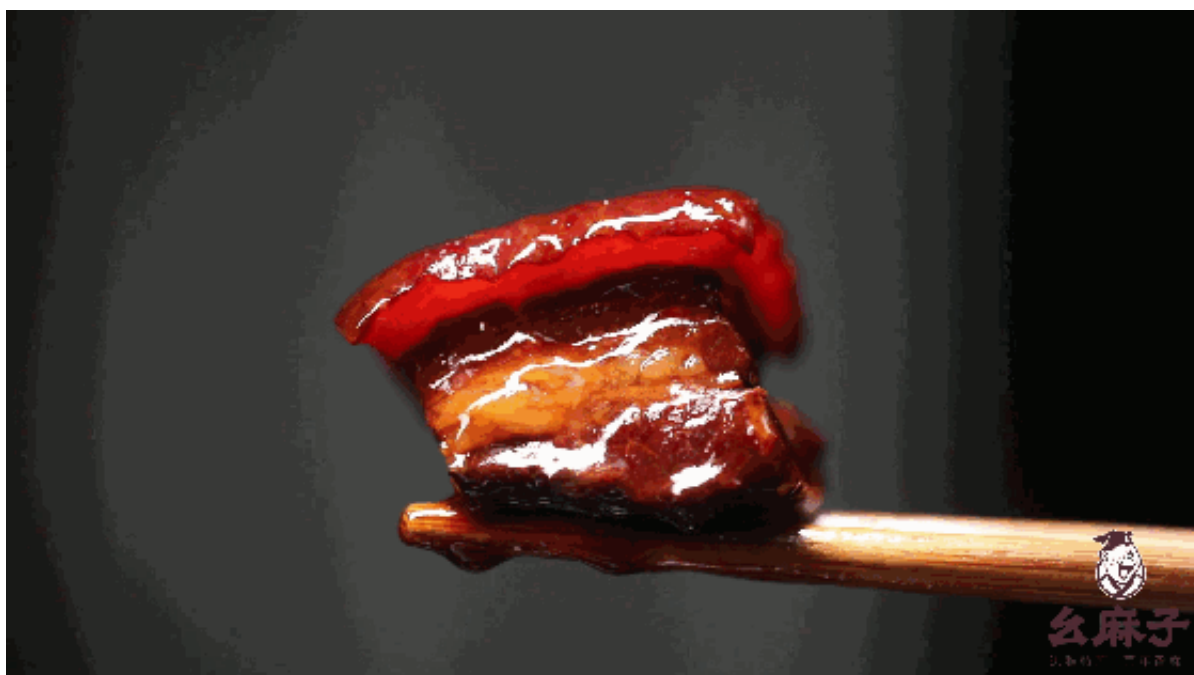
▲ 加入榨菜比加精盐更佳，榨菜又咸又香，而精盐只有调味作用。

第五步：入煲煨制

□ 所有入煲后，将煲放置文火上，加入葡萄酒。文火煨制一个半小时，煨制红烧肉耙糯，皮红肉亮汁浓即可。



开饭



饱满的酒体和红烧肉的浓油赤酱在口感上能有一个很好的平衡，可以说是能吃出黯然销魂的味道

肉汁与葡萄酒的混合，让肉的香味更是丰富，口感更为细嫩耙糯，汁多饱满，好一个酒香红烧肉！

大师的菜，家常的味

欢迎关注 [@大师的菜](#)，一起成为大厨吧~

[@美食品鉴官](#) [@吃在中国](#) [@家常菜](#)

[@头条美食联盟](#) [@头条美食](#)