

扬州干丝

扬州干丝又名“鸡火煮干丝”，“烫干丝”，北方叫大煮干丝，是汉族特色名菜，属淮扬菜。是以豆腐干熟鸡丝为主要食材的家常菜，口味鲜美，营养价值丰富。扬州干丝的佐料还要求按季节不同而有变化，春季，旧时用竹蛭入味，以海鲜增味；夏季宜脆，用脆膳丝与干丝同煮，使菜肴干香味爽；秋季用蟹黄，汤汁金黄，鲜味浓重；冬季宜用野蔬，娇嫩翠绿，色彩和谐，增色添香。大煮干丝不仅誉满全国，而且被国外来宾誉之为“东亚名肴”。

本期德国美诺 Miele 将向您介绍扬州干丝的做法，使用 Miele 蒸炉将使您的烹饪更为轻松方便。

扬州干丝

原料

火腿 100g，中百叶 100g，笋肉 100g，豆苗适量，香菇 1 个，猪油适量。

调味料

上汤（或水）120g，鸡汁 5g，生抽 1g，盐 1g，胡椒粉适量。

烹饪方法

- 1、将笋肉、中百叶先出水，香菇泡软，豆苗洗净。
- 2、笋、火腿、中百叶均切成细丝。
- 3、在茶盅内侧涂抹猪油，中间放上香菇，将火腿丝、笋丝、中百叶丝依次排于茶盅内侧，再将剩余原材料加入茶盅，浇入上汤放入蒸炉以 100 度蒸 10 分钟。
- 4、将蒸好的干丝倒入窝盆内，保持原形放入少许豆苗，再用上汤加调味料烧开后倒入即可。



美诺中国 Miele China

上海总公司
Shanghai Head Office

上海市静安区石门一路82号
No. 82 Shi Men Yi Road
Jing An District
Shanghai 200040, PRC.

Tel: +86 21 6157 3500
Fax: +86 21 6157 3511
Email: mielehouse@cn.miele.com

www.miele.cn

北京分公司
Beijing Branch Office

北京市朝阳区光华路1号嘉里中心南塔3楼
3F South Tower, Kerry Center
No. 1 Guang Hua Road, Chao Yang District
Beijing 100020, PRC.

Tel: +86 10 5783 2688
Fax: +86 10 5783 2600
Email: bjviplounge@cn.miele.com

广州分公司
Guangzhou Branch Office

广州市天河区天河路385号太古汇一座2105室
Suite 2105, TaiKoo Hui Tower 1
385 Tianhe Road, Tianhe District
Guangzhou 510620, PRC.

Tel: +86 20 3868 2666
Fax: +86 20 3868 2900
Email: gzviplounge@cn.miele.com

蒸制食物对您的健康大有裨益

使用德国美诺 Miele 蒸炉，您可以轻松自如地完成新鲜的美食。蒸制的食物不但新鲜美味，营养价值亦十分丰富！蒸汽烹饪法不但能保持食物的原汁原味，还最大程度地保留了食物中宝贵的维他命、矿物质和微量元素。科学研究也有力地证明了相比于传统烹饪方法，蒸汽烹饪法具有显而易见的益处。蒸制的蔬菜比煮熟的蔬菜所含的维他命多50%。蒸汽烹饪法可最大程度地确保食物的最佳品质，是富含维他命的健康饮食的不二选择。



美诺中国 Miele China

上海总公司 Shanghai Head Office

上海市静安区石门一路82号
No. 82 Shi Men Yi Road
Jing An District
Shanghai 200040, PRC.

Tel: +86 21 6157 3500
Fax: +86 21 6157 3511
Email: mielehouse@cn.miele.com

www.miele.cn

北京分公司 Beijing Branch Office

北京市朝阳区光华路1号嘉里中心南塔3楼
3F South Tower, Kerry Center
No. 1 Guang Hua Road, Chao Yang District
Beijing 100020, PRC.

Tel: +86 10 5783 2688
Fax: +86 10 5783 2600
Email: bjviplounge@cn.miele.com

广州分公司 Guangzhou Branch Office

广州市天河区天河路385号太古汇一座2105室
Suite 2105, TaiKoo Hui Tower 1
385 Tianhe Road, Tianhe District
Guangzhou 510620, PRC.

Tel: +86 20 3868 2666
Fax: +86 20 3868 2900
Email: gzviplounge@cn.miele.com