

白木耳如何浸泡?买的白木耳是干的,一般要浸泡以后才可以煮,是用热

??作法：将银耳15克，洗净泡发，酸枣仁20克，用布包扎，冰糖25克，共放入砂锅内加水煮熬成汤，弃枣仁，即可服用。

银耳明目汤

夏季是红眼病流行的季节，如果经常服用银耳明目汤则有很好的预防作用。作法：取鸡肝50克、银耳10克、枸杞5克、茉莉花24朵，料酒、姜汁、盐、味精各适量，将鸡肝切片，银耳泡发，与枸杞加水烧沸，放入料酒、姜汁、盐和味精，待鸡肝熟后，即可撒入茉莉花装碗食用。

白木耳如何浸泡?买的白木耳是干的,一般要浸泡以后才可以煮,是用热

??作法：将银耳15克，洗净泡发，酸枣仁20克，用布包扎，冰糖25克，共放入砂锅内加水煮熬成汤，弃枣仁，即可服用。

银耳明目汤

夏季是红眼病流行的季节，如果经常服用银耳明目汤则有很好的预防作用。作法：取鸡肝50克、银耳10克、枸杞5克、茉莉花24朵，料酒、姜汁、盐、味精各适量，将鸡肝切片，银耳泡发，与枸杞加水烧沸，放入料酒、姜汁、盐和味精，待鸡肝熟后，即可撒入茉莉花装碗食用。

银耳汤要如何煮才能浓稠？

银耳汤要如何煮才能浓稠？