

银耳泡多久才可以煮

银耳用热水泡20分钟才可以煮，用凉水泡要3到4小时才可以煮。凉水泡银耳3-4小时 银耳的泡发时间达到3-4个小时，能让银耳慢慢的吸水，最大程度的将银耳泡发开来，这样炖煮银耳的时间会缩短，对于帮助银耳煮的更加粘稠。热水泡银耳20分钟左右 用热水泡发银耳速度是很快的，一般十几二十分钟就可以泡发开来，但是热水泡发会影响银耳涨发的数量，也会影响到银耳的泡发质量，使其口感粘软。

银耳要泡多久

??泡银耳没有固定的时间,如果是热水的话,40分钟左右即可,凉水时间就要长了,可以随时看看,待银耳发开柔软后就说明泡好了。 冰糖银耳汤 夏天，最容易发生中暑，除了避免日晒高温环境外，还可制作冰糖银耳汤解暑。作法：取银耳10克、冰糖30克，将银耳洗净泡发，与冰糖一同放入砂锅内，加水熬成汤。