

? 今天推荐一道人类高质量减脂素菜，2.3万人收藏，做过的人千言万语汇成“下饭”二字。

? 金针菇往往用来打汤、下火锅或凉拌，口感丝丝缕缕、滋味在菌菇之中实属清淡。但酿青椒这一美味吃法，唯有金针菇绝配，变身菇中王者。当金针菇被虎皮青椒束起，吸满浓郁的蒜香酱汁、微辣鲜香，明明是素菜却肉感十足、滑腻多汁，这下饭绝配拿肉都不想换！

家常菜分享，青椒卷金针菇，配上米饭绝绝子，无敌下饭！

青椒卷金针菇，无敌下饭

用料

金针菇 200克

青椒 5个

蒜瓣 半个瓣

小米辣 2个

生抽 2勺

老抽 1勺

蚝油 1勺

水淀粉 半碗

盐，白糖 少许

* 水淀粉：玉米淀粉或红薯淀粉加水调开。

做法

1. 准备好新鲜的金针菇和青椒。

2. 青椒切成中小段，把金针菇塞进去。

3.
调个料汁：2勺蒜末、2勺生抽、1勺老抽、1勺蚝油、半碗水淀粉，少许盐和白糖。
搅拌均匀备用。

4. 油热放金针菇，中小火慢煎，煎至成虎皮状。

5. 倒入调好的料汁，煮2~3分钟至浓稠即可。

搭配米饭吃真好吃??

记得多备点米饭哦??

菜谱作者：古典美人美食

“爱生活，爱美食，分享家常菜。”

千言万语汇成“下饭”

迢迢的深夜美食：

好吃下饭！

coder121：

绝了，贼下饭！

朱古力吗：

简单易做还下饭！

起什么名字都被占了：

真的很下饭哈哈哈哈哈~

一只大熊猫666：

蕙兰兰馨：

幸运双鱼222：

很好吃，用春饼卷着吃也很nice??

晴雨迢迢：

青椒卷金针菇，好吃的下饭菜。

两行秋雁一枕清霜：

金针菇整个不切，又做得这么滑腻多汁，牙齿应该嚼不了几下就进去了。金针菇，明天见。?(???)?优雅

作者回复：

期待????

周岩的厨艺：

卖相严重翻车.....味道相当不错????

作者回复：

哈哈??好吃就行