

剩粽子不用愁 做出可口菜肴

你家里还剩下不少粽子？是不是冰箱放不下，扔又舍不得？如何消化剩下的粽子？现在就教大家几个另类的吃粽方法，吃掉剩粽子再也不是事儿！



鲜蔬炒粽子

将选取的时鲜蔬菜洗好后，沥干水，然后切成节，再将蒸煮熟的粽子切成丁或者条。在锅内放些油，将粽子丁(或条)放入锅中先炒一下，当上色差不多时，再放入时鲜蔬菜，加入干辣椒、蒜片、酱油等佐料一同炒，炒熟后即可食用。



甜粽粥

粽子煮粥这是最简单、最省事的办法，蜜枣粽、红豆沙粽等甜粽子都可这样煮粥喝。砂锅中烧沸水，放入绿豆或者红豆，煮15分钟，加入剩的红枣粽子或蜜枣粽子，用大勺把粽子碾碎，一起煮10分钟，再加入1颗剥散洗净的鲜百合，继续煮5至10分钟，一锅清香四溢、口感黏软的百合绿(红)豆粥就新鲜出炉了。



红烧猪蹄粽

放入烧好的猪蹄，淋上少许老抽炒匀，再放入切好的粽子，倒入适量的水焖一会就可以出锅了。不过猪蹄本身比较油腻，建议选择枣粽等比较清新的粽子。



辣炒粽子

将刀抹点油，将熟粽子切成宽条。甘蓝洗净后用手撕成小块，彩椒也掰成小块，葱切碎。起热锅油，六成热时将粽子条下入锅中，煎成金黄色，盛出。锅留底油，下葱碎爆香，下彩椒块翻炒均匀，加韩式辣酱，适量水将辣酱煮开，下甘蓝块、粽子条中小火炖一会儿，等汁收稠之后盛出。



红烧排骨粽子

先将粽子煮熟后晾凉，切成大小合适的块状，煎成金黄色，再将排骨、冰糖、葱花、姜片一起入锅炒，加入料酒、生抽等配料炒匀，放入适量的开水焖烂，当焖至汤汁浓时将煎好的粽子一起炒匀，装盘时撒上葱花和芝麻即可。这样一来，既有红烧排骨的香浓，又有粽子的软糯。



香煎粽子

粽子切厚片，鸡蛋打散，加入一个蛋壳的水，加入1汤匙面粉，搅拌均匀成蛋糊。把粽子片两面蘸满蛋糊，平底锅刷一层薄油，烧热后，放进蘸了蛋糊的粽子片，小火煎5分钟，翻面再煎5分钟就成了香喷喷的香煎粽子啦！



粽子蛋饼

鸡蛋打入面糊中，再用盐、鸡精、胡椒粉调味。然后把剩粽子切碎，放进面糊中拌一拌，下锅摊成饼即可。



做成八宝饭

将带有花生、红豆、红枣的粽子剥开，放入一个抹了油的大汤碗中，用菜刀压得与碗口平齐，然后放入锅中蒸透即可。如果爱吃咸味的，也可以用咸味粽子做。



美味的香草冰淇淋

此款香草冰淇淋口感细腻，丝滑，完全是市售冰淇淋无法比拟的味道，经典加热方式，给人足够的安全感，对生蛋望而生怯的可以尝试一下。

原料：牛奶160毫升，鸡蛋黄2个，淡奶油200毫升，香草1/2根，白砂糖90克。

做法：
1.煮牛奶：香草豆荚用刀子纵向划开，刮出香草籽。将牛奶连同香草籽、香草豆荚一同放入锅内，小火加热至快要沸腾的状态关火。
2.打发蛋黄：蛋黄和砂糖一起，打发至接近白色状态，目的是使其含有大量空气，后面的加热可以让热量均匀扩散。
3.混合蛋黄与牛奶：将煮好的牛奶少量多次加入蛋黄中，搅拌均匀。一次全部加入容易让蛋黄变熟，使蛋黄结块

变硬。整个过程可以用电动打蛋器搅拌，最后再手打一下。

4.加热混合物：将上述混合物倒回锅内，开小火。从底部翻起搅拌，慢慢加热至浓稠状态。加热的作用是杀菌去除腥味，但是加热过度会凝固，因此靠经验掌握。锅必须选底比较厚的，否则很容易把蛋黄加热熟了。

5.过滤混合物：使用筛网将上述混合物过滤到一个大盆中。

6.冷却：大盆隔冰水冷却，待大致冷却后放入冰箱冷冻3-4小时。一定要充分冷冻，不要着急，如果时间不够，后面的冰淇淋就不容易凝固。

7.打发淡奶油：6步完成冷冻之后，开始打发鲜奶油，打至7分发即可。

8.混合鲜奶油与冷冻物：将打发的鲜奶油倒入冷冻后的混合物中，用电动器将二者混合均匀，盖上保鲜膜放入冰箱冷藏。此步可先用勺子将冷冻物大致铲碎，再与打发鲜奶油混合更容易。

9.冷冻、搅拌、反复：上面混合物快要结冻时取出，用电动搅拌机充分搅拌，再放入冰箱冷冻，如此反复23次，变得顺滑时就可以直接放入冰箱直至冷冻。

10.挖球：冰冻以后可以挖球食用，挖球前可提前放置室温回温一下，挖球会更容易。

美粥一课

红枣花生粥

原料：红枣10枚、花生45克、山药1段、大米100克。(大米是经过处理的)

做法：
1、山药洗净去皮滚刀块。
2、花生、红枣用水冲洗干净，沥干水分。
3、锅中加适入两碗水。
4、把山药、花生、红枣放冷水中，盖上盖子中火煮开。
5、煮开后把大米放进去。
6、米放进去后，用勺子把融化开的米搅拌均匀，防止粘锅。
7、边煮边搅拌，过10分钟粘糯浓稠的粥就煮好了。
8、盛到碗中，就可以享用了。



小贴士：

将大米洗净，放到小碗内或者保鲜袋都可以，放入冷冻室，冻成冰块。煮粥的时候，等锅中的水烧开，把冻好的大米放锅中煮，边煮边搅拌，10分钟就可以煮出粘糯浓稠的粥了，而且营养不会流失。

雪梨百合粥

原料：糯米50克、雪梨1个、干百合1小把、冰糖1块。

做法：
1、糯米淘洗干净，百合洗净，备用。
2、梨洗净，切成小丁。
3、锅中加适量水，放入梨和百合，盖上锅盖开始煮。
4、水煮开后把糯米倒进去。
5、用勺子搅拌一下，防止糯米粘锅；煮开后，用小火煮15分钟。
6、把冰糖放进去，再煮5分钟即可(如不喜欢太甜的味道或者家里有糖尿病人，可以不放冰糖，雪梨也有淡淡的甜味)。



(本报综合)

启事

柴米油盐，家家都有；蔬菜肉类，餐桌常见。可搭配起来，每一家的味道又各有不同。你家有啥特色菜？那就别藏着掖着了，推荐出来让大家分享吧！无论是大型宴会菜，还是佐餐小菜，只要有特色，够“新鲜”，就欢迎你秀秀！

来稿要求如下：

1、菜名、作者(内容要简单描述一下即可)。

2、食材、做法(按照步骤图的顺序)，营养价值和食用禁忌可做简单介绍。

3、做好的菜品，要有真实图相！

投稿邮箱：wbbjb2012@163.com