

## 1.31 大廚師 Patty - 東北菜 鍋包肉

### 材料:

豬裡脊肉、蔥、姜、香菜、胡蘿卜、雞蛋

### 調味料:

白糖、白醋、生抽、盐、水淀粉、油

### 做法:

1. 豬裡脊肉切大片，厚約 2-3 毫米，不能太薄，太薄就炸幹了。
2. 蔥、姜、香菜、胡蘿蔔切絲，根據個人口味將適量白糖+白醋+生抽+鹽調成汁。
3. 水澱粉加少許蛋清調成適當稠度的麵糊，以肉片很容易均勻地裹上一層麵糊，但又不是太厚為準。
4. 鍋中油五六成熱時，一片片下入裹好麵糊的肉片，中火炸熟，撈出。
5. 將火調至大火，放入炸過的肉片，大火炸至焦脆、上色，我炸得還不是太焦，一般飯店炸得比這個還要焦一些，我喜歡稍軟一點的口感。
6. 鍋中留少許底油，放入蔥、姜、香菜、胡蘿蔔絲翻炒均勻。
7. 放入炸好的肉片翻炒均勻，淋入調汁，大火快速翻炒出鍋即可。