



碳烤猪蹄



主料：猪蹄 4 只

配料：

食盐 5 克
葱 4 根
姜 6 片
八角 2 个
花椒 10 粒
干辣椒 5 个
酱油 25 克
葱花 2.5 克
花椒 6 粒
豆豉 75 克
姜片 25 克

制作方法：

- 1、猪蹄洗净后将毛发剔除干净，用清水浸泡半小时，沥去血水备用。
- 2、炒锅中不要放油，微微烧热后放入猪蹄轻轻翻炒，淋入白酒，翻炒至猪蹄开始变得微黄。
- 3、放入葱段、姜片，以及八角、草果、丁香等香料一起炒出香味，直到猪蹄的外皮开始变成焦黄色。
- 4、依次淋入老抽、生抽炒匀，然后放入红糖，炒至猪蹄散发出香味，外皮变成酱红色。然后放入干辣椒、花椒粒。
- 5、将炒好的猪蹄放入砂锅中，加入开水没过猪蹄，用大火烧开后转成小火慢慢炖大约 2 个小时，直到猪蹄软烂。
- 6、炖好的猪蹄直接食用已经非常香，但是第二次加热的话汤锅中的水分就会逐渐减少，变得干咸，所以可以将猪蹄提前取出，放在炭火上慢慢烘烤至表皮金黄气泡即可。



西班牙
猪肉



傣香烤肉



主料：猪颈肉（即猪脖子和猪胸处的肉） 500 克

配料：

生菜叶 10 克
香芹 5 克
兰花 1 朵
生抽 500 克
盐 150 克
糖 1000 克
花生酱、芝麻酱各 100 克

制作方法：

- 1、猪颈肉切去肥肉洗净，放入沸水中大火焯 5 分钟，捞出控水备用。
- 2、将生抽、盐、味精、糖、花生酱、芝麻酱调匀，均匀地抹在整块的猪颈肉上腌渍 5 小时。
- 3、将腌好的猪颈肉放入烤炉中小火烤 30 分钟至熟，取出切成厚 0.5 厘米的片。

西班牙 猪肉



金瓜红烧肉



主料：五花肉 3 斤，金瓜两个

配料：

葱
姜
蒜

大料

食用油

酱油或耗油

酱豆腐汁

料酒

米醋

自配烤鸡烤肉腌料

冰糖

制作方法：

- 1、五花肉温水清洗一下，放入冷水锅中，煮至开锅，撇去血沫，再稍微煮一会，捞出肉倒掉这锅水，将肉晾到不烫手，切成麻将大小肉块。
- 2、金瓜洗干净，切去顶部留作瓜盖，掏空里面的瓜瓤和籽备用。
- 3、做炒菜锅放食用油，放个大料爆香，将肉块放入翻炒，放酱油、料酒翻炒，放入酱豆腐汁，葱、姜、蒜瓣、倒开水，大火煮开转小火煮约 20 分钟，放盐再煮约 10 分左右，用筷子扎一下肉，扎透即可。
- 4、准备蒸锅，将锅篦子放上，将准备好的金瓜底下垫个盘子，将煮至八成熟肉块盛入南瓜空腔内，盖上瓜盖，上火蒸大约一小时。



西班牙猪肉



酱汁猪颈肉：



主料：猪颈肉 500 克

配料：

嘉禾烧汁 2 勺
蚝油 1 勺
鸡汁半勺

生抽
白糖
黑胡椒碎少许

制作方法：

- 1、平底锅放油，烧至 90 度，放入猪颈肉，煎至两面金黄
- 2、改刀装盘淋入酱汁即可

酱汁制作：锅放少许油，放入所有调料，熬制约 1 分钟即可