

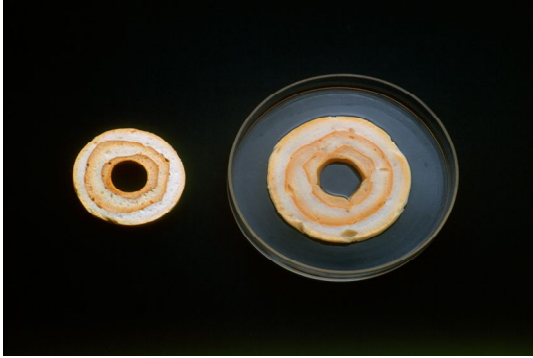
【面筋的浸泡方法】

面筋要在做菜前将其用水泡软。

除干炸外，都要泡软后使用。

车轮面筋带有的年轮花纹，是为了吃起来口感好。

所以在做菜前一定要用水泡软使用。



1 在水里浸泡。用 60~80℃的热水会泡得更快。长时间浸泡也不会化掉。

2 膨胀后变大。这是面筋里的麸素的还原现象，膨胀得越大麸素越多。



3 完全泡软后，用手掌将水挤净。



4 切成大小适中的块儿，或整个使用。