

红烧牛肉★ Braised Beef

浓郁红烧牛肉

🍴

3-4 SERVINGS

🕒

3 HOURS

🔗

YOUTUBE

🍖

MEAT

🌶️

SPICY

🧂

SALTY



1

1-2 磅 牛肉

将牛肉冷水清洗，用刀顺着纹路切成块。

2

1 锅 热水

用热水焯肉块，漂去浮沫，不要用凉水冲洗，直接捞出备用。

3

2-4 条 干辣椒

取干辣椒，剪开取出辣椒籽，然后冷水浸泡30分钟，滤掉液体。

4

1 小把 青花椒

开小火，锅中加入适量油，干辣椒和青花椒，煸炒4-5分钟出香味。

5

1/2 个 洋葱

放入洋葱小碎块，炒至透明以后，加入焯好的牛肉一起翻炒。可适当再加油，大火炒。

6

1 碗 开水
3-4 片 生姜
1 块 桂皮
1-2 个 八角
1 勺 生抽
1-1.5 勺 豆瓣酱
1 勺 盐

翻炒至牛肉有些许焦黄后，加入开水，没过食材即可，加入生姜，桂皮，八角，生抽，豆瓣酱，盐，一起煮开。

7

转至小慢炖锅，用High炖煮，1.5-2个小时即可食用。

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

VISITER COUNTS:

无泡打粉华夫饼(早餐机版)



- | | | |
|---|------------------------|---|
| 1 | 2 个 鸡蛋
15-30 g 糖 | 准备鸡蛋，蛋黄蛋清分离，蛋清加入糖(自己适量添加)，用手持搅拌器/打蛋器打5-7分钟，打发蛋白直到泡沫立体不倒，放置一边备用。 |
| 2 | 120 g 低筋面粉
140 g 牛奶 | 准备低筋面粉，中筋也可，与剩余蛋黄放一起，加入牛奶。 |
| 3 | 30 g 黄油 | 取黄油，小碗微波炉加热化开，跟面粉鸡蛋牛奶混在一起，搅拌均匀，再加入打发的蛋白，Z字形翻拌均匀，避免过度消泡。 |
| 4 | --- | 取饼机，以1000w为例，3/4-1杯为一个饼的量，以上组合可以出2杯左右，饼机烹饪大约5分钟左右即可。 |
| 5 | --- | 出锅后放凉即可食用，放置。 |
| 6 | --- | 也可冻入冰柜，之后取出烤箱10分钟即可。 |

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▼

VISITER COUNTS:

鸡蛋薄饼★ Egg Pancake

薄薄香香的鸡蛋水饼



1 20 g 中筋面粉
70 g 水

准备中筋面粉，加入水搅拌均匀。

2 0.5 g 十三香
0.5 g 盐
1根 葱花
2个 鸡蛋

再加入十三香，盐，葱花，鸡蛋，搅拌均匀。

3 适量 油

热锅放油，倒入面糊，摇晃平整，全程开小火，看情况，翻面即熟，叠起取出食用。

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▼

VISITER COUNTS:

可乐鸡翅★ Cola Chicken Wings

香甜嫩滑鸡翅



3 SERVINGS



10 MINUTES



YOUTUBE



MEAT



SWEET



1

1磅 鸡翅

将鸡翅焯水后盛出

2

5-7 片 生姜

准备生姜

3

少许 油

锅热加油，放入鸡翅与生姜一起翻炒

4

1根 青葱

加入青葱白根部分，继续翻炒，直到鸡翅表面金黄

5

少许 酱油
少许 盐

加酱油翻炒均匀，加盐

6

1小罐 可乐

加入可乐，煮至收汁

7

关火，放入剩余青葱翻炒后完成^_^

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▼

VISITER COUNTS:

奶香鸡蛋软饼★ Creamy Breakfast Pancakes

奶呼呼松软的早餐饼

¥4
3-4 SERVINGS

🕒
2 HOURS

🔗
XIAOHONGSHU

🍬
SWEET



- 1

360 g 中筋面粉
1 个 鸡蛋
15 g 奶粉
15 g 糖

准备中筋面粉，鸡蛋，奶粉，糖，一起加进厨师机的搅拌碗中。
- 2

140 g 温水(不要太热)
4 g 酵母

取温水(不要太热)，加入酵母，用筷子搅拌均匀，一起加入厨师机。
- 3

所有食材混合，用厨师机搅拌，揉成光滑的面团，放置30分钟预备，或者待面团发为原来两倍大小。
- 4

取出面团，按压搓揉排气，然后均匀分成8份。
- 5

每份压揉至小球，然后按压，用擀面杖擀成小圆饼，有2-3硬币厚度。
- 6

从取出面团到擀成小球，直至入锅，大约一共最多20分钟，要不然容易发过。
- 7

选用厚底不粘锅，不锈钢锅容易传热快，易糊。
- 8

中小火将锅加热，饼子入锅保持形状，随时翻面，饼子表壳发脆，边缘按压有弹回，两面有金黄色，表示饼子好了。
- 9

饼子最初入锅时，可小火加盖闷30秒，再开盖中小火，可以快速使得一面金黄，然后再来翻面，加快烹饪进程。
- 10

出锅后放凉即可食用，放置。

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language | ▼

VISITER COUNTS:



皮蛋瘦肉粥★ Century Egg and Pork Congee

美味快速的主食粥

¥4
2 SERVINGS

🕒
10 MINUTES

🔗
YOUTUBE

🍖
MEAT



- 1

1 杯 大米

提前把大米放在冷冻层，用低温破坏大米内部的纤维，熬出来的粥更细腻绵软。
- 2

2/3 锅 水

在锅中放入冷冻大米，水，开大火烧开后转中火煮制大米软烂，中间不时搅拌以免黏锅。
- 3

1/4 磅 猪肉碎
拇指大小 生姜
1根 小葱水

准备好猪肉碎，可以用生姜小葱水提前腌制。
- 4

2 个 皮蛋

捣碎皮蛋切碎。
- 5

开大火，把猪肉碎放入粥中煮熟。
- 6

放入皮蛋碎，再煮5分钟后加盐(加足量要不然不够咸)，搅拌均匀。
- 7

一把 青葱碎

撒青葱碎，完成^_^

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language | ▼

VISITER COUNTS: