

爽口凉面，多种美味凉面做法

四川鸡丝凉面

原料：
乌冬面250克、鸡腿2条、姜3片、葱2段、花椒10粒、黄瓜1根、绿豆芽200克
酱汁料：芝麻酱6汤匙(90ml)、凉开水8汤匙(120ml)、酱油1汤匙(15ml)、蒸鱼豉油1汤匙(15ml)、盐1茶匙(5克)、醋1汤匙(15ml)、糖1茶匙(5克)、鸡精1/2茶匙(3克)、香油1茶匙(5ml)、大蒜8瓣、麻辣酱1汤匙(15克)、芝麻少许。

做法：
1.锅中倒入清水，放入鸡腿、姜片、葱段和花椒，大火煮沸后，撇去浮沫，继续煮10分钟。煮熟后晾凉去皮，将鸡腿肉撕成细丝。黄瓜洗净后切丝。另一锅中倒入清水，水开后，放入洗净的绿豆芽焯半分钟后捞出。

2.大蒜去皮洗净后压成蒜泥。将芝麻酱倒入碗中，再倒入凉开水，用筷子沿同一方向画圈搅拌稀释。再调入酱油、蒸鱼豉油、盐、醋、糖、鸡精、香油搅拌均匀，再根据自己的喜好调入适量蒜泥、麻辣酱和芝麻。

3.锅中倒入足量清水，大火煮沸后，放入乌冬面，中火煮3至5分钟后捞出，反复过冷水冲凉，沥干后，倒入橄榄油搅拌以免粘连。

4.将面盛入碗中，放入鸡丝，黄瓜丝，绿豆芽，再淋上酱汁料搅拌均匀即可。

小贴士：
鸡丝凉面的特色是面条松软，鲜香爽口。讲究的就是“麻辣鲜香”，凉凉的面、劲道的口感、麻辣的味道，让人欲罢不能。

可口凉面

做法：
先在锅内将水烧开，把面条下锅煮软，用筷子挑散，不要粘连，在清凉的水中过上一两遍，捞出，盛在碗中用蔬菜、佐料拌和食之。下面的技术非常

炎炎夏日,吃一口热饭菜感觉都要出个三斤汗!特别是容易出汗的人!所以小编整理了几种特别好吃的凉面做法在这里跟大家分享!清爽脆口,大家一起来吃凉面吧!



韩国冷面



肉面麻辣凉面



四川鸡丝凉面

重要,要在水开的时候将面下锅,大火滚开来煮,一旦变软,迅速捞出过冷水。凉面的配料可根据自己的爱好,可以使用麻辣精油产品,让凉面更加麻辣鲜香,喜欢吃荤的朋友可搁上几片酱牛肉,喜欢吃素的朋友可弄些切成丝的嫩黄瓜搭搭,配着香浓适口的凉面汤,再来点辣白菜和水果,夏日食来当是鲜爽可口,开胃自是不必说的了。

京派炸酱冷面

材料：
面条,如果“来赛”的话,最好能够自擀面团,不行也只能采用机制切面。酱,黄酱,甜面酱(一包备用),肥肉丁,瘦肉丁。面码,炸酱面的面码种类繁多,黄瓜、白菜、芹菜、韭菜、豆芽菜,心里美萝卜、豆腐干、青葱、新大蒜、大葱、扁豆、豌豆、青豆、豆角等都可以作为面码。

做法：
先煸肥肉丁,后加瘦肉丁(怕麻烦也可以选择肥瘦肉兼有的五花肉切丁),出油煸好后盛出。把混合好的酱倒入锅内翻炒(黄酱和甜面酱可根据自己的口味按照2:1到5:1的比例混合),炒出香味后倒入肉丁一起熬制。熬的时间要长,并且边熬边往锅里加少量水(以免干锅),等熬到颜色发黑就熬成了。出锅的时候撒点葱白末儿,用以提味(一次可以多做一点,吃不完的盛入玻璃瓶或保鲜盒中,放置冰箱冷藏,想吃就拿出来拌,吃一个星期没问题)。黄瓜、萝卜等切丝,黄豆、青豆等焯过去生即可(如果是正宗的炸酱面,应该按照规矩,根据季节的不同准备8样时蔬作为面码,以求口味的多样化和图个彩头)。面条煮熟后过凉水,最后在面条上拌上两大勺香喷喷的炸酱,再放入各种菜码,就等着大嚼一番吧。

韩国冷面

原料：
荞麦面、黄瓜、泡菜、西红柿、香菜、芝麻、冷面调料等。

做法：
1.最好先提前在冰箱里放两瓶矿泉水,以达到冰镇的效果,这样做出来的汤料才清凉爽口。
2.将荞麦面下锅煮熟,并过一遍凉水。
3.把买来的调料包放入容器中,并倒入冰水搅拌。可以根据个人口味适量加些调味料。
4.将荞麦面上摆放上黄瓜等配料,然后将汤汁浇在上面。并撒上芝麻即可。

肉面麻辣凉面

猪五花肉薄片放开水里煮两三分钟捞出过凉,黄瓜切薄片,与水发木耳、西红柿、油炸花生米放在一起,加盐、鸡精、白糖、白醋、蒜末、葱花、香油,热的辣椒油和四川花椒面搅拌在一起,放在煮熟过凉的面条上就可以了。

蔬菜麻酱意大利凉面

原料：
意大利面200公克、红萝卜(小)1/4条、白萝卜1块(约5公分长)、小黄瓜1/2条。

调料：
葱1根、白芝麻60公克、柴鱼高汤1/2杯、鲜味露酱油三大匙、鸡精、香油少许。

做法：
1.将红萝卜、白萝卜去皮,切成细丝;小黄瓜、葱也切成同样长的细丝,全部放入冷水浸泡后沥干水分备用。
2.将炒香的芝麻放入研磨钵内研磨至出油,再加入柴鱼高汤、鲜味露酱油拌匀。
3.在深汤锅中加入3公升的水煮沸,加入2小匙盐和鸡精,放入意大利煮8-10分钟。
4.将煮好的意大利面捞起沥干水分,拌入少许香油后装盘,放上蔬菜丝,淋上做法2的酱汁即可。

这家藏在济南小巷的酒吧不一样

不知不觉,天气就很热了,你的心有没有开始躁动?济南这样的大太阳。

白天出去浪显然不是明智之举。

在热闹的夜晚,酒吧是个不错的聚会场所。

今天想给大家pick一家藏在居民楼里的超温馨酒吧——Absinth壹号酒吧。

喜欢安静的小哥哥和小姐姐绝对要去试一试,保证不会让你失望,平常喜欢去静吧的宝宝们真的可以get一下。

昏黄的灯光,皮质的沙发,黑色格子桌布,一坐下来整个人都放松下来。

虽然店并不大,在这里却觉得很舒服,跟朋友点杯酒聊聊心事,真心是一个好地方。

店里还有一个包间,那些失恋啦,买醉啦,不开心啦的小朋友想哭又怕别人笑话



的话,可以关起门了哭个够。小编我每次去都是坐吧台,看着来来往往的人,点着不同的酒,很有趣,总之这里适合约会、买醉、聚会、包场、各种趴!

让我为这家店疯狂打call的另一大原因是酒的种类,那叫一个相当多,简直眼花缭乱有没有!所以你以为只是种类多吗?No!是相当专业!

调出来的每款酒都相当正,而且价格不高,本小编最喜欢点的两款——卓别林和尼格罗尼。话说两个调酒师颜值都在线,小姐姐们随时去撩。说到鸡尾酒,不得不说说另一大亮点雪茄,而且这个雪茄也是超低价!

在这样的夜晚,一杯鸡尾酒、一支雪茄,任香气在四周包围,那感觉又是另外一番风味。尤其是喜欢喝威士忌的朋友一定要试试,威士忌和雪茄是绝配!

福利环节

- 1、转发本文或将本文拍照发至朋友圈送“诱惑”啤酒一瓶。
- 2、转发本文至朋友圈并获赞28个送任意一款鸡尾酒或茄品小雪茄一支。
- 3、诸多竞猜和免单活动等着你!

店家地址

壹号酒吧
地址:佛山苑一区十号楼
电话:18253122561
营业时间:18:00—02:00



店长微信