

猪肝富含铁元素，是补血食品中最常用的食疗食物，食用猪肝可以有效的改善和调节贫血病人和造血系统的生理功能。还非常有利儿童的智力发育和身体的发育。猪肝还富含维生素A，多吃猪肝对眼科病症好转有帮助。

人们常用菠菜来和猪肝搭配做汤，这样的做法，稍微没处理好就会有腥味。所以谈肝色变，就很少去做猪肝汤了。今天我来和大家分享一道无技术难度，零失败的的猪肝汤，按照这样的做法，能有效保持猪肝和排骨的原味，是一道会让你爱上喝的营养汤品。

那这猪肝汤要怎么做呢？其实方法对了，就很简单，不信，往下瞧。



腌制方法：

1：

找一个能放进高压锅里的大碗，把猪肝和排骨倒进去，然后加少量的盐，2调羹花生油，没有花生油的其他油也可以，只不过放花生油会更香，还有加少量的鸡精搅拌均匀

2：加2调羹淀粉，然后搅拌均匀。



换锅：蒸好后放高压锅内，把生姜放进去。



调味：时间到，开锅加盐，再加一点鸡精提鲜，美味汤品就做好了。