

大家好，我是小董。

昨天带媳妇去超市买了一只鸡，鸡肉肉质鲜嫩，鲜香味浓，营养价值丰富。今天媳妇说想吃红烧鸡块，今天分享红烧鸡块的家常做法，大家看下具体做法吧。

主要食材：鸡肉500g

配料：姜，葱，蒜，花椒，八角，香叶，青红椒

调料：料酒，生抽，老抽，盐，

具体步骤：

1、将鸡块用清水洗干净，多洗几遍

2、锅中倒入水，鸡块凉水下锅，没过鸡块即可，倒入适量的料酒去腥，再放几个姜片，大火烧开

3、葱切片，蒜切成片，姜切成片备用

4、水开之后再煮两分钟，撇去上面的浮沫，捞出控水备用

5、锅中倒入适量的油，放入八角花椒炸香，葱、姜、蒜、干辣椒、香叶炒香，倒入焯过水的鸡块煸炒一下

6、倒入适量料酒，翻炒均匀，再倒入适量的生抽、老抽翻炒均匀，给鸡块上色，然后倒入开水没过鸡块，大火烧开后，再转小火，盖上锅盖焖煮半个小时左右，

7、炖好后放入一勺糖，一勺盐调味，根据自己口味适当增减，翻炒均匀后转大火收汁，汤汁浓稠后放入青红椒，翻炒均匀断生后就可以出锅了

好了，这样一道肉质细嫩，味道鲜美的红烧鸡块就做好了，汤汁可以浇在米饭上面，非常好吃。

【小贴士】

- 1、鸡块一定要焯水，这样做出来的鸡肉才没有腥味。
- 2、配料的话可以放入洋葱，菜类的，这样口感更好。

上面介绍的这些就是小董做红烧鸡块时使用的方法和技巧，如果大家还有其它好的意见或想法，都可以在评论区留言讨论。