

子一下能扣出好几个。我和妈妈大声笑！我说不能走捷径，包饺子要一个一个包！皮要一张一张擀！我们和了茴香猪肉和白菜猪肉两种馅儿。调馅放生抽、盐、胡椒、葱花、姜末、香油和鸡蛋，再放上切好的茴香和挤过水的白菜。这是我在北京常吃的两种馅儿，很喜欢。那一次，妈妈还自己剁了馅儿，这样的馅儿有嚼头，吃起来口感更好！

饺子煮好了，配上我从中国带回家的米醋和辣椒酱。爸爸一口咬下去，大声感叹：“太好吃了！”那个春节之后，爸爸妈妈就经常在家包中国饺子。妈妈说：“一家人坐在一起吃中国饺子，真的很过瘾！”对于我来说，能够和父母在一起包饺子、吃饺子真的是一件幸福无比的事。

我的过年拿手菜是跟闺蜜学的——红烧猪蹄——两只猪蹄足够我好好啃上一顿。首先将猪蹄切块，一般这个任务难度指数五颗星，猪骨很硬，所以在买猪蹄的时候一定让店员帮忙切好，这样会大大降低猪蹄制作的难度。接着开水烧开，将洗净的猪蹄过水，去掉血水和杂质，之后捞出沥干备用。

炒锅加油热过后，放入冰糖小火加热，待冰糖化开变至焦糖色，放入猪蹄翻炒上色。稍许，放入生姜、花椒、干辣椒、八角、香叶和桂皮爆香，继续翻炒，待香味飘出再沿锅一圈倒入料酒去腥，紧接着加入老抽提鲜。来回翻炒五六分钟，观察猪蹄已颜值在线，即可加入开水，没过猪蹄，盖上锅盖，中火慢炖。直到猪蹄烧至Q弹即可上桌。

其实这应该是中国家庭的家常菜，闻起来甜香，吃起来软糯。这道菜配一碗米饭，用猪蹄汤汁拌饭，美味无比！关键丰富的胶原蛋白是养颜佳品，记得刚到中国的时候，中国朋友给我推

翠花亲手烹制的波兰名菜 Flaki 牛肚汤。



翠花 (Justa)，波兰籍主持人，策划人，制作人，国际吃货！在中国生活12年的她，有一个地地道道的中国胃。代表作：《行走的餐桌》《风味实验室》《解码欧洲美食》。



菜说：“这个是美容的！你多吃点！”我就这样吃出小仙女了。

有时我也会给中国的年夜饭添加点波兰元素——谁说外国人不爱吃内脏！在我们波兰有一个非常著名的汤——Flaki 牛肚汤！这道菜起源于14世纪，是瓦迪斯瓦夫雅盖沃国王最喜欢的菜肴之一。我也特别喜欢 Flaki，尤其是我妈妈做的牛肚汤！我的中国朋友来波兰，我每次都会推荐牛肚汤！他们对这个味道赞不绝口！为什么？因为波兰牛肚汤富含浓重的配料，入口即化，味道非常浓！

制作 Flaki 牛肚汤，我们会先用鸡骨头和洋葱、欧芹根、胡萝卜、大蒜、月桂叶熬高汤。再加入盐和黑胡椒调味。再把牛肚处理干净，切成细长条，小火煮四五个小时，然后把煮好的牛肚放到鸡汤里，同时加入肉豆蔻、马郁兰（这个调料有独特的香气，我们在波兰炖汤的时候常用到），小火煮20分钟。最后拿黄油分别煎点甜椒粉和辣椒粉（注意别炒糊）——这样做出来的辣椒油特别香——倒入汤里。这个汤的核心就是分别把鸡肉和牛肚单独熬制，这样是避免牛肚的腥味去破坏鸡汤的鲜味。这是很花时间的一道汤，但是只要你尝过它的美味，一切都是值得的，过年假期大家可以在家里尝试哦！

在中国过年总是特别有气氛，大口吃肉，大口喝酒！每逢佳节胖三斤，希望翠花的春节食谱为大家的年夜饭锦上添花！在这里提前给大家拜年了！牛年吉祥如意，平安幸福！