



1 将煮熟的鸡蛋蛋黄取出。2. 将蛋黄压碎，越碎越好。



3 将蛋黄放入炒锅，不加油，干炒。4. 不断的翻炒，5 分钟开始变得粘稠。



5 继续翻炒 10 分钟后变焦黄，开始冒烟。6. 炒 15 分钟后冒大量烟有少量油渗出。