

鸡腿菇炒西兰花

煎饼果子 发表于：2009-10-17 16:38:56

简介：今天做的鸡腿菇炒西兰花材料很百搭，蘑菇和西兰花的营养丰富，和什么菜一起炒都不冲突，当然它们两个遇到一起就更完美了！鸡腿菇是鸡腿蘑的俗称，因其形如鸡腿，肉质肉味...

食材：鸡腿菇 西兰花 肉 蒜 红椒

蚝油鸡腿菇

莫言 发表于：2011-07-11 16:11:06

简介：这是一道家常小炒，有肉有菜，非常适合下饭配面，而且营养方面搭配也非常的健康！因为主要是用蚝油调味，所以很鲜；蚝油特别适合用来作菌类食品的调味！

食材：鸡腿菇 胡萝卜 瘦肉 蒜蓉 葱花 油 盐 生粉 生抽 白糖 蚝油

鲜奶鸡腿菇

乐乐 发表于：2011-08-19 16:37:37

简介：蘑菇品种繁多，口味各异。家人都喜欢吃蘑菇，这道菜是用西式的做法，用黄油煎后，再用牛奶煮，加鲜香的罗勒。味道香浓。

食材：鸡腿菇 牛奶 盐 黄油 罗勒

蚝油鸡腿菇

龙卷风中的小猫 发表于：2010-10-05 19:11:32

简介：鸡腿菇有小不点的那种，还有很大只的，我买的是大只的，肉更厚实一些，口感有点像杏鲍菇，但个人感觉没有杏鲍菇好吃。哈哈，不知道你吃了是什么感觉。

食材：大鸡腿菇 蚝油 盐 油

"食用菌。是世界卫生组织推荐的6大健康食品之一，"的等级为特级，高度是10（cm），食用菌为鸡腿香菇，种类是干鸡腿菇，产地/厂家为浙江，完整性 是90.0（%），水分 为0（%）