

安阳永香九州培训家常小炒

产品名称	安阳永香九州培训家常小炒
公司名称	文峰区永香九州特色小吃培训中心
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	文峰区解放路100号北楼2楼
联系电话	15637227322

产品详情

民以食为天，在我们中国饮食文化博大精深，我们日常生活中，会吃到各种各样的菜。那么大家知道好吃易做的家常菜有哪些吗？简单容易做的家常菜该如何做？今天小编就带领大家去了解一下家常小炒菜谱大全做法。

每个人都应该会一两个拿手的家常菜，比如土豆丝、可乐鸡翅、蒜爆鱼等等。下面小编就介绍几种简单易学的家常小炒给大家吧。

莴笋炒瘦肉

材料：

莴笋100克、猪瘦肉100克，大木耳一大朵、胡萝卜1根，大葱1根，大蒜4瓣、青红椒各2个。红油、老抽、生抽、醋、白糖、盐、味精、花椒粉、姜粉、干淀粉、植物油各适量。

做法：

- 1、猪瘦肉切细丝，加少许生抽、盐腌制10分钟。
- 2、莴笋、胡萝卜去皮切丝，木耳水发后切细丝。
- 3、青红椒、大葱切丝，大蒜切片。
- 4、老抽、生抽、白糖、醋、花椒粉、姜粉、干淀粉、盐、味精加水兑成鱼香汁。
- 5、锅内加植物油，烧热后倒入肉丝，滑开，炒熟。
- 6、加入青红椒、葱蒜煸炒出香味。

7、加入莴笋、红萝卜丝煸炒至断生，放入红油，继续煸炒。

8、加入木耳丝，继续煸炒。

9、倒入兑好的鱼香汁，翻炒至熟。

家常炒蛤肉

食材：

蛤仔肉250克、紫苏叶5张、薄荷叶10张、假蒺叶5张盐2克、高度米酒5克、生抽5克、蚝油5克、白糖3克、蒜蓉适量、姜葱末适量、油10克。

做法：

1、准备好食材，买回的蛤仔含有极多的泥沙石子，要用流动的清水反复清洗干净，沥干备用；紫苏叶、薄荷叶、假蒺叶分别切成细丝。

2、炒锅烧热，倒油，下姜葱蒜末下锅爆香，倒入沥干水的蛤子肉，旺火快炒，炒的时候会出一部分水，保持旺火快炒至干水。

3、将生抽、盐、米酒、蚝油、白糖混合成一碗酱汁，淋入锅中，焖1分钟，入味。

4、出锅前把紫苏、薄荷、假蒺丝倒入锅中翻炒均匀即可出锅。

小诀窍：

1、蛤肉本身就是用各种小蛤小螺小蚝稍微焯水后剥壳取肉的，里面含有很多泥沙和小石子，烹饪之前一定要记得清流干净，否则很影响口感。

2、由于已经属于半成品了，炒的时间不宜太长，但要炒得干爽，必须要彻底炒干水。