

腐竹厂家直销，腐竹批发，腐竹代理，河南好腐竹牌子

产品名称	腐竹厂家直销，腐竹批发，腐竹代理，河南好腐竹牌子
公司名称	安阳市鸿鑫晟食品有限公司
价格	.00/个
规格参数	腐竹厂家直销:河南内黄 腐竹包装:袋装、箱装
公司地址	内黄县二安镇井村（注册地址）
联系电话	15638413841

产品详情

腐竹厂家直销，腐竹批发，腐竹代理，河南最好的腐竹牌子

为您提供以下美味的腐竹食谱！希望您能够喜欢。

鲜蘑腐竹

【原料】：鲜蘑150克，腐竹150克，花生油50克，精盐7克，味精2克，料酒5克，鸡汤200克，姜2克，水淀粉10克。

【制法】：1.干腐竹放入盆内用冷水泡上，压一重物，泡发5小时，待胀发后，切成3厘米长的段，鲜蘑洗净，撒成小块。

炒锅上火，放清水烧开，下入腐竹、鲜蘑，开锅后捞出待用。

炒锅上火，放油烧热，下入姜末略炸一下，参加料酒、鸡汤、精盐、调好味，投入腐竹、鲜蘑煨入味后，加味精、用水淀粉勾芡，淋入香油，装盘即成。

芹菜拌腐竹

主料：芹菜300克，水发腐竹200克，香油20克，酱油10克、精盐6克、味精2克、米醋10克。

制造办法：

1.将芹菜择洗净、去掉叶，入开水中烫一下，再用凉水冲凉，切丝，装盘。腐竹切成丝，码在芹菜上

味精事前用开水化开，同酱油、精盐、米醋一同浇在腐竹菜上，再加香油拌匀即成。

腐竹银芽黑木耳

· 配料：腐竹150克，绿豆芽、水发黑木耳各100克，花生油20克，香油、盐各5克，味精2克，水淀粉15克，姜10克，黄豆芽汤200克。

· 特色：此菜含有丰厚的蛋白质、脂肪、碳水化合物和钙、磷、铁、锌、维生素C等多种营养素，具有补气健胃、润燥、利水消肿，可治疗高血压

· 操作：1. 腐竹放在盆内，倒入开水盖严，浸泡至无硬心时捞出，切成3-4厘米长的段。

姜洗净，切成末；绿豆芽择洗洁净，放开水内氽一下捞出；黑木耳择洗洁净，将大朵撕成小朵，也可在开水中过一下捞出。

炒锅上火，放油烧热，下姜末略炸，放入绿豆芽、黑木耳煸炒几下，加黄豆芽汤、精盐、味精，倒入腐竹，用小火慢烧3分钟，转大火收汁，用水淀粉勾芡，淋入香油，盛入盘内即成。

腐竹烧肉

原料：瘦猪肉750克，腐竹300克。 配料：

酱油200克，精盐7克，料酒10克，葱30克，姜15克，大料5瓣，水淀粉60克，植物油2公斤（实耗75克）。

制法：将肉切成2厘米见方、1厘米厚了块，放入盆内加少许酱油腌2分钟，投入九成热的油内炸成金黄色捞出；葱切小段；姜切片；腐竹放入盆内，参加凉水泡5小时使之发透，切成1.5厘米长的小段待用。

腐竹厂家

将肉放入锅内，参加水（以漫过肉为度）、酱油、精盐、料酒、大料、葱段、姜片，待开锅后，转微火焖至八成烂时，参加腐竹同烧入味，勾芡即成。

特点：猪肉酥烂，腐竹韧柔，滋味鲜美，营养丰富，色金黄。

制造关键：

肉要烧烂，腐竹要发透烧烂再食用。待肉开锅后，要用微火，为使肉易烂，待肉快烂时再加盐。腐竹必需用凉水泡，这样可使腐竹整洁美观，如用热水泡，会使发好的腐竹发烂，不利索。

歧义：狂热酷爱武林外传的发烧友。出处：大嘴说：平谷一点红那集大嘴说他是一点红的粉丝，老白就驳上了一句：你还腐竹呢~~~~所以武林的fans就叫腐竹

滑炒腐竹木耳

口味：颜色淡雅，口味清鲜

主要资料：腐竹100克、木耳100克、红辣椒1个、青辣椒2个、冬笋40克、淀粉适量

调味料：食用油400克（实耗50克）、酱油1小匙、高汤1大匙、精盐1小匙、白糖1小匙、味精1/2小匙

把腐竹、木耳泡软、洗净；腐竹切成段，投入沸水中烫熟透捞出，沥干水分

木耳洗净，撕成片，投入沸水内略烫，沥去水分。冬笋、青辣椒切片；红辣椒切成环状

锅内倒入油，烧热，投入腐竹发散滑透，盛出沥干油

锅内留底油，烧热，投入腐竹、木耳片、冬笋片、青辣椒片、红辣椒略煸，加酱油、白糖、精盐、味精、高汤、煮开、用水淀粉勾芡，炒匀装盘即成。

上文是腐竹厂家为大家整理的腐竹食谱，如果您有腐竹批发的需求，欢迎来电咨询