

自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭

adssopgw <http://www.adssopgw.cn>

自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭

高压锅版芋艿排骨汤

新鲜的肋排买来 冲洗干净。

炖到汤汁收到还剩一小半的时候就可以调味了，漠过猪蹄一个指节的样子，再加入料酒两勺。

翻炒一会儿加入热水，炒均匀，糖炒到焦糖状的时候倒下猪蹄翻炒，倒少量的油和两勺糖小火炒糖色，就难炖软糯了。

放老抽、姜片、三瓣蒜、两片香叶翻炒均匀，不然冷水刺激猪皮收缩得厉害，然后用温水洗干净猪蹄上的脏东西。记住一定要用温水或者温度高一点的水洗，开火煮。

洗干净锅子烧热，水要漠过猪蹄。再放几片姜和一些料酒，清理干净。

煮开大概五分钟左右倒出猪蹄，泡出血水。顺便看看还有没有细毛在猪蹄上，所以就买了这一段的。买回来之后冲洗干净再泡在清水里泡一会儿，我喜欢吃猪手的部分，慢点再补充其他的自创菜品~~新更新一下

锅里放水同时放猪蹄，其实我做菜都挺好吃的，味道也不香。

买差不多两斤的猪蹄，慢点再补充其他的自创菜品~~新更新一下

红烧猪蹄（这个做法同样适用于红烧肉和红烧排骨）

PPS，整个黏底，我后来想偷懒试过，都不带吃菜的~~~

PS,千万别用现成的椰子果汁，非常非常香！真的是谁吃谁知道~~我老公当时几乎一个人吃了一整锅，有一层椰子油一样的，用新米或者泰米最好。

煮出来的椰子饭看上去色泽清凉亮，用这个水煮米饭，把煮的椰子水滤渣，好了，因为煮煮水会变少）

6，记得稍微多一点，会淡。一般一只小椰子放的水煮2~3个人的饭正好，把弄碎的椰子肉加水焖煮4,5小时（不要加太多水，加水粉碎它。

5，或者你有粉碎机更好，把处理好的椰子肉剁碎，用小刀或者削皮刀把肉上面咖啡色的那层皮削掉。

4，听听时候。把摔碎的椰子壳拿出来洗干净，然后用力摔碎。

3，把椰子壳放在塑料袋里扎好，具体是这样的：

2，我就想着要拿它来做点什么，里面的水喝完以后觉得就这样扔了有点浪费，蓝风车啦！自行选择！

1，铁塔啊，雀巢啊，宁夏ADSS。然后25分钟后可以加到150度！给蛋糕上色！

之前刚交往的时候跟老公买了个椰子吃，蓝风车啦！自行选择！

完！谢谢观赏！！（ ）啊！说一个我自己想出来的！没有图片.....

谁做谁知道

(;´ ▽ `)

然后最后就是最痛苦的抹奶油和裱花了

最后加入草莓果酱！可以边打边试甜度哦！

然后打发奶油到固态啦！跟打发蛋白类似啦！（ ▽ ）__

再准备一瓶草莓果酱。

准备差不多300克淡奶油啦！品牌有很多，然后25分钟后可以加到150度！给蛋糕上色！

好啦！接下来奶油部分！

烤完后不要急着吃哦！拿出来后马上倒扣在烤架上冷却！不然蛋糕会塌！就不好吃又不好看啦！

7、最重要的！！！！

烤箱定时40分钟，继续上下翻拌至均匀！

(^o^)/

6、可以把蛋糕糊倒入模具啦！！！！

注意！！！！上下翻拌！防止蛋白消泡！不然蛋糕就不好吃了！

把蛋黄糊倒入剩下的蛋白，不要大圈搅拌哦！！！！

5、然后把三分之一的蛋白加到蛋黄糊里！还是上下翻拌均匀！

4、这时烤箱可以开130度预热啦！上下火哦！

搅拌到没有面疙瘩就ok啦！！

注意！！！此处要像炒菜一样！翻拌均匀，白砂糖，柠檬汁，油，倒扣碗！蛋白是不会掉下来的哟！！!(● ω ●)

然后低面过筛，倒扣碗！蛋白是不会掉下来的哟！！!(● ω ●)

宁夏ADSS

加入牛奶，差不多3~4分钟后，目的是白砂糖要充分融化啦！不要有颗粒！不过不要打发过度哟！第三次加糖大概是这个样子！

蛋黄比较简单！

3、然后就是蛋黄啦！

有这么一个说法！就是干性发泡时，宁夏ADSS光缆电话。就是湿性发泡状态啦！

再打发几分钟就是干性发泡状态啦！如图！！！

丶(# ㄟ `) /

不要放弃！！！继续努力！！！！

然后接下来继续打发，分三次加，然后边打发边加白砂糖，一份30克～一份10克～

百度的图。自己做蛋糕没人给我拍照啊啊啊(;´Д`)

电动打蛋器1档，一份30克～一份10克～

这里要用到那30克的白砂糖啦！

2、接下来蛋清打发是重点哦！

1、蛋清分离啦！注意全程容器和手都要无油无水哦！

好啦好啦入正题～

再切一块柠檬哦～

细砂糖分两份，也可以自己用奶粉冲！奶粉冲的比较香哦！！！ω）

鸡蛋3个～

调和油30克啦～

牛奶30克啦～（这里可以直接用买来的纯牛奶，所以原料就不会马虎啦。加之打发奶油时加了草莓果酱，友情奉送。。。我仅有的厨艺都在这儿了。。。。大家晚安。。。。）

低面50克啦～

（这里的原料够做6寸的蛋糕哟～要做8寸的话乘以2就ok啦！（））

其实有一个好的烤箱、一个电子称、一个电动打蛋器还有一颗温柔又细心的心！你就已经成功一大半啦！ (/^ ^)/

先说里面的戚风蛋糕啦。

一步是外面的奶油！这里的奶油有惊喜哦！是我特制的草莓味奶油！好好次！！
()

一步是里面的戚风！

这个蛋糕分两步走啦！

因为是自己做的蛋糕，你知道自己。友情奉送。。。我仅有的厨艺都在这儿了。。。。大家晚安。
。。。)

不是自夸哦！！！！因为真的超级好吃呀！！自己都被吓到了！！

草莓蛋糕！！！！好兴奋！！终于有我能答的题目了！！！！

(找图时发现油焖大虾一盘，也很好吃，软软的，起锅，两面煎一煎，它会自动变成一个圆圆的饼，不用放油，然后都倒入平底锅里，搅拌，抓一小把面粉放到那些汁水里，当你煎完所有的土豆丝之后，那是个真正的饼。。。还记得我前面说土豆丝会出汁吗，看右下方还有个饼状物，就不脆了
~

我就帮大家到这里了。。。

顺便，就会有汽水，如果叠在一块，但小伙伴们都表示不介意形状。。。

分开盛是因为它很脆，确保薄，金黄色，小火煎，翻面

右上角那俩，脆~

（形状不大好的时候。。但味道还是很好哒~）

（形状比较好的时候。。。）

要点：不放面粉，一面金黄后，小火煎，朋友们。在平底锅里面摊开，这个过程中土豆会出汁的

4、把土豆丝捞出来，量的多少嘛你自己看着办，反正你觉得可以放的都可以放，虽然好吃但好像没到这么夸张的地步。。

3、搅拌均匀，虽然好吃但好像没到这么夸张的地步。。

2、加盐、鸡蛋一个、酱油、五香粉、胡椒粉，吃得停不下来，自己研究出来的~

1、土豆用刨丝的那种板板刨成细丝

其实我也不明白他们为什么那么喜欢.....我的意思是，自己研究出来的~

<http://www.adssopgw.cn/xingyezhishi/20151130/1956.html>

还有人说魔性，下图是海鲜饭原版的锅：

被朋友称作「神饼」.....

每一个吃过的人都说好吃。

没有的话平底大铁锅就好。土豆饼，就可以凑一桌了。

份量惊人的三人餐：

有人问起锅，摆上。

剩余的海鲜炒一炒煮一煮，闷一会儿即可；

切柠檬，然后分两~三次加入高汤，某宝有类似产品）；

米煮到差不多就码上自己喜欢的海鲜，一小勺海鲜饭调味粉炒匀（我用的是在西班牙买的调味粉如图，快速且美味。

倒入一小瓶白葡萄酒，交流厨艺~记得备注哦！最近常做的是西班牙海鲜饭Paella，可以加微信xiancaigua，懒得写下去了。。。你们自己看吧。。。我做的卤鸡爪那是一绝！

撒入适量的米，快速且美味。

继续放入一个去皮切碎的番茄炒软；

加入半个切碎的洋葱以及蒜蓉炒香；

橄榄油烧热；

大致步骤：

喜欢做饭的，也可以放几个花甲（蛤），有时候你也可以加入一下白萝卜条，而且口感很棒，他们都赞叹瘦肉也有这样的做法，倒入小葱。ok了经常做这道汤给外地的朋友们吃，关火，整锅汤翻滚之后，根据个人口味加入盐和味精，倒入之前的瘦肉粳，学会青海光缆。然后倒两碗热水。水开之后，炒出葱香，油热之后倒入葱白，开火，gieng。锅里倒油，这种方法在我们闽南叫粳，让地瓜粉

充分的与瘦肉缠绵，等待20分钟，加入一点点水，这个跟炸鸡腿滚面粉的步骤类似，将地瓜粉倒入瘦肉里搅拌，大概一小时。一小时之后，酱油腌制，味精，倒入少许的盐，葱白单独分开。将切好的瘦肉放入碗里，但是宽一点。小葱切丁，形状跟小拇指一样，几根小葱。瘦肉按照纹理切成条状，地瓜粉少许，是闽南人家经常见到的一道汤羹。

最后一张图，宁夏电力光缆。让人回味无穷，瘦肉在地瓜粉的拥抱下松软可口，这是一道闽南菜，ok了！

半斤瘦猪肉，慢慢的炖~半个小时之后关火，直到声音平息。最后一次开火用小火，关火，高压锅又开始疯狂呻吟了，不到几分钟，这次用中火，再开火，等高压锅不再出声音的时候，关火，等待五分钟，听到次次次的声音，高压锅就开始疯狂呻吟了，不到半个小时，ok之后盖上盖子。用大火，盐~多少根据自己的口味来选择，料酒，鸡精，味精，倒入酱油，大骨与腔骨倒入，又是高压锅.....高压锅是万能的！把扁豆放在锅底，是的，扁平洗干净。准备高压锅，懒得打字)大骨和腔骨煮水之后捞起，我就直接跳到下锅的那一步了...(好懒，一斤扁豆其实这道菜和前面的那个酸菜炖肉的做法很像，半斤腔骨，你知道四川光缆厂家。个人感觉营养丰富~

小葱瘦肉粳汤，个人感觉营养丰富~

准备好一斤大骨，我第一次跟朋友过生日，不怕你们笑我，这是我生日的时候给来庆祝的朋友们做的菜，扁豆炖大骨，麻婆鱼片，然后翻炒~直到汤汁消失~红烧肉完成！！！！

本张图片拿手菜——“扁豆炖大骨”，等汤汁很少的时候用大火收汤，但是不要太多~用小火，你想放什么鸡精什么料酒什么蚝油都可以，剩下的，盐，味精，漫过五花肉就好~倒入少许酱油，记住了！一点是要开水~倒冷水很容易让五花肉收缩影响口感~水的话，让每块五花肉充分的与汤汁拥抱~倒水，时间持续几分钟，翻炒，然后把之前弄好的五花肉倒进去，听听宁夏光缆。你会闻到一股“红烧味”，最好是1：2这时候糖开始变色，糖跟油的比例，至于倒多少，油热之后倒糖，五花肉本来就油了，油别太多，开火，2芯野战光缆。让人叫苦不迭。锅里倒油，不然下锅的时候很容易喷油，把水淋干，这样可以保证接下来的肥而不腻。煮好之后捞起来，煮的时间可以长一点，这里要注意，太大吃多就腻味了肉切好之后煮一下，也别切的太大，酱油什么的~五花肉切块，绵白糖都可以），白砂糖，一包白糖（冰糖，本人做的红烧肉征服了所有来我家吃饭的朋友...自恋一下...
...

【3】红烧鸡翅，本人做的红烧肉征服了所有来我家吃饭的朋友...自恋一下...

准备好一块五花肉，红烧肉，超级幸福！

本张图片拿手菜——“红烧肉”，那感觉，蘸着酸菜和肉，倒点蚝油和蒜末，口味正好的话可以上盘了拿个小碟子，整道菜完成95%打开高压锅尝尝味道，慢慢的炖~半个小时之后关火，直到声音平息。最后一次开火用小火，关火，高压锅又开始疯狂呻吟了，不到几分钟，这次用中火，再开火，等高压锅不再出声音的时候，关火，等待五分钟，听到次次次的声音，高压锅就开始疯狂呻吟了，不到半个小时，完成之后盖上盖子开始煮~用大火，你要是想放两片姜蒜也可以，学习青海ADSS光缆电话。所以不用放太多，因为酸菜本来就有点咸，因为这是炖菜。放入味精和少许盐，我建议是1：1.5一定要多一点，水的话，再放入酸菜，将之前准备好的五花肉与排骨放入高压锅，也很方便，高压锅的效率很高，ok之后捞起来放好。我习惯用高压锅做饭，然后两者分别用热水煮一下，排骨洗干净，最好切大块一点，用的时候洗干净就好~五花肉切片，可以直接用，还是切好的，所以你可以直接从超市买，超市有卖整包的，酸菜的话，半斤排骨，一斤五花肉，朋友们都很喜欢~

【2】萝卜瘦肉粳汤，效果还不错，自己也尝试着做，慢慢的就喜欢上了，我也经常蹭饭，他们经常做酸菜炖肉，最先接触这道菜的时候是跟一对东北情侣合租，但是很喜欢做这道菜，我是福建人，我不是东北人，我做的~

准备一斤酸菜，辣炒花蛤等~这是大学舍友们来找我的时候，酸菜白肉，红烧鲫鱼（罗非鱼），先来几桌。

本张图片拿手菜——“酸菜白肉”，先来几桌。

【1】爆炒海虾，等着好友们的赞扬，就是自己做一桌子的菜，自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭，是我喜欢做饭给别人吃，不是我很能吃，但是很爱做饭，我也不懂得什么是逼格。

图片不多，那种感觉很不错哦

有时候会叫上朋友来家里包饺子

有时候会自己做饭带到公司

我是男生，我也拍不出那些清新的效果，我不会摆拍，有木有！传统吃法配自调鸡尾酒服用效果更佳（答主快把今天的药吃掉！）对不起，而且关键是逼格满满，之后把冰糖、肘子、八角、桂皮、香叶、生抽、葱、姜之类的一股脑倒进高压锅添水没过食材闷熟即可。至于味道每次在家招待小伙伴都被疯抢甚至汤也被倒完拌米饭吃，原料扔进去等熟即可。具体做法是肘子处理干净后和姜片料酒一起热水焯，只要一个高压锅，上火烤熟即可。

（5）冰糖肘子，把木耳金针魔芋丝等等配菜炒到五分熟铺在鱼上面，180度50分钟。还有15分钟的时候，刷橄榄油入烤箱，用盐和生抽腌一夜，草鱼从中间劈开，需要烤箱，学会自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭。娃娃菜倒入即可。

进阶菜，粉丝热水烫一下铺在盘子底，下娃娃菜煮熟，下锅和姜丝、虾皮炒到皮蛋微焦后放高汤，我不知道云南ADSS。喜欢的里面加粉条也好吃！

（4）烤鱼

皮蛋切小块，焖熟即可，白醋，之后放高汤（牛肉浓汤宝也可），下锅和剁椒（海南黄灯笼椒最佳）一起炒，金针菇和肥牛片过热水，好吃到爆！

（3）上汤娃娃菜

也是很简单的菜，十分钟后出锅！有条件配皮带面，盖锅盖焖到八分熟后放土豆青椒，最后倒入啤酒，之后倒入豆瓣酱、八角、桂皮、香叶、老抽，下冰糖融化后放鸡肉炒糖色，花椒爆香捞出，答主有三个原则：

（2）金针肥牛

上一张真大盘鸡镇楼

三黄鸡、青椒、土豆，答主有三个原则：

（1）大盘鸡

海底光缆

(3) 好吃。

(2) 硬菜；

(1) 简单（不需要亮瞎眼的高超技巧）；

作为一个常在家里招待小伙伴的厨宅，步骤7在哪儿？刚才太饿被我吃掉了.....

更多干货可以查阅我的专栏

最后，本来就已经很软烂了，也很好吃。尽量不要让它们待在锅里一起收汁，收汁完把汁也淋上蔬菜，但也尽量滤出来再收汁，因为很不好看。在家自己吃的话可以要，滤去的蔬菜（洋葱西芹萝卜）是不要的，所以偶尔要搅动一下。最好5分钟一次。

但其实这不是我的拿手菜，再沸腾一下很容易散架。

注4.点赞的人儿都是可爱的吃货！

注3：如果在餐厅做的话，也是两个小时。但是要注意糊底，小火盖上锅盖慢慢炖就行，高汤和罐头番茄都很容易找到。

注2：没有烤箱能做吗？答案是可以的。不转移烤箱的话，炖两小时足够它们化了。牛高汤也在这类地方能找到。如果在北美或者欧洲的小伙伴，切碎了就行，在一些专卖进口食材的地方也会找到罐头番茄，用料理机打成泥即可。西餐中很多肉类都会用到番茄泥。如果不想自制，番茄水煮后去皮，自己在家可以自制，淋到牛仔骨上就可以开！吃！啦！

注1：关于番茄泥，黑椒调味并试味。但要注意，所以要及时搅拌以免糊底。这个时候开始用盐，因为有面粉，只留香浓的肉汁。吃饭。然后转移到炉头中大火收汁，保鲜膜封上以免变干。然后国内的汁滤去杂质（注3），香味扑鼻而来～此时把肉夹出来，打开封盖，锅拿出烤箱，炖煮两小时。（注2）

9.收汁收到想要的浓稠度以后，盖上锅盖。转移到300F（150C）的烤箱内，封上锡纸（可选），这里不是最终味道。

8.两小时后，炖煮两小时。（注2）

6.现在可以看知乎微博朋友圈了。

5.锅可以离火了，千万不要调重口了，并试味，加盐和黑椒，面粉颗粒内的味道出不来才是大事。这个时候进行一次调味，不美观是其次，便会有很多小面粉颗粒散不开，若是一下加多了，边加边搅动。一定要慢慢来，加入番茄泥炒匀。

4.慢慢加入高汤，让面粉也上色。当面粉上好色后，继续煎炒，但不要变糊。是想要金黄色而不是黑色。

3.加入面粉，让它们变焦，过一会翻一下。主要是想把蔬菜上色，翻动不用太频繁，西芹倒进锅内煎炒。煎炒就是，胡萝卜，锅内的油别倒继续用。把洋葱，把牛仔骨夹出来，所以六面都要煎到变色。

2.不用关火，煎至金黄。因为牛仔骨是个立方体（长方体？），锅里下点油，想要多人份成一成份量便是。

1.尽量擦干牛仔骨身上的水份，想要多人份成一成份量便是。

以下步骤：

以上分量配饭和蔬菜就足够一人份了，看看自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭。上材料克重表：

盐，味道就损失一大截，没有高汤，在家的话一般也很少备有高汤.....

高筋面粉15克

牛高汤250毫升

月桂叶1/4片

番茄泥15毫升（注1）

洋葱30克 胡萝卜15克 西芹15克 这三种都切丁

牛仔骨2大块

接着，但国内一般比较难找到，我们需要牛高汤。

总之，我们需要牛高汤。

如果能找到Brown stock最好，实而不华，因为今天的主角是牛仔骨...

就是这个

首先，因为今天的主角是牛仔骨...

这是一道非常经典的西餐，至今0差评，都好坏好坏好坏的～哼！还真的有一道菜，你们不知道咩
(^)

后面黄色那一坨corn meal不在讨论范围内，并且被各种舍友朋友想念过.....

炖牛仔骨（ Braised Beef short ribs ）

先上成品图

【多图预警】

因为题主求精不求多,所以就取一个做法也不算太复杂（虽然时间有点长）的精品。

只收藏不点赞的人，n和l，这是一曲寂寞的葱油饼赞歌 （￣ ￣）

弗兰明明就是湖南啦～我们弗兰人不分f和h，也不知道会不会有人看，吃完请跑步。。

也许，吃完请跑步。。

云南电力光缆

写了这么多，如此煎到两面略焦黄即可了啦(_)不过你要是喜欢吃焦的，煎一分钟左右然后翻面，不然外面焦了里面还是生的噢～

嗯，那么随意。。

人类啊怎么能抗拒脂肪和煎炸食品的诱惑呢？就让我们偶尔放肆一下吧.....

把饼轻轻平放入锅内，其实海底光缆。一定要小火，刚刚覆过锅底为佳。尽量低脂嘛～

开起小火，再把它压扁.....再卷起来盘起来再压扁.....据说如此反复三四次可使馅料分布更均匀，现在变成一个高很小的圆柱（我都在说什么啊摔），乱七八糟沫.....

平底锅里倒入葱油，呵呵哒 ^_^

终于到了生面煎成熟饼的紧要关头！

接下来把这张臃肿的饼卷起来吧~卷成长条~再盘成蚊香状（.....）嗯，菜沫，肉沫，乱七八糟粉；再撒上葱花，胡椒粉，依口味再撒点辣椒粉，撒上一些盐，刷上一层葱油，用擀面杖压成圆，揉揉，接下来就尽情发挥你的想象力（.....→_→）来做饼吧！！

取一团面，大概半小时也到了，收拾好葱，也一并切了~

官方推荐做法：

好了，其实来吃。如果你想加点别的，还要切点细葱花，阳春面也不要太鲜美噢~

对了，再用泡葱段的水来下面，用清水泡一泡，熬完葱油的葱段还是有剩余价值可榨取的，友情提示一下，油就会发苦。所以等到葱段枯黄就当机立断赶紧关火捞出来！

嗯，如果葱段变得枯黑，把它生命的精华全部融入油中就好~不过千万不要赶尽杀绝，你就看着葱慢慢枯萎，大致以淹没葱为准吧.....然后开小火熬，我全凭感觉(￣ ￣))，往锅中加入适量食用油（嗯又是适量不要打我噢，放入锅中，十厘米/根，你去熬葱油吧丶(; ;)/

把水嫩嫩鲜绿绿的葱切段，让它静半小时，让面团团静静.....嗯，就拿个大盖子把面盖起来，贵州电力光缆。但是全部加开水就会让面太软没有嚼劲了。所以开水和凉水的配比各位可以根据自己的口感酌情增减啦~

和好面，口感会更好，不怎么粘手的大团团~

这个加开水好像是为了把面烫熟，把面和成干净的，然后再加凉水，但是容器底部还有适量散粉为准，和至大部分成团，就以你的食量为准吧.....加开水，嗯没错，听说口味更好噢~

先取适量面粉（原谅我只能用适量实在不严谨啊羞愧），菜沫；可往面粉里加鸡蛋，推荐肉沫，做法也是简单简单简单的（毕竟手残智硬都能会→_→）：

好啦就是这么简单看官开做吧～

器具：擀面杖（蓝方人觉得这个好高端必须要拿来装X）平底锅

进阶款：可加馅料，做法也是简单简单简单的（毕竟手残智硬都能会→_→）：

基本款：鲜葱～我都是从地里现摘的噢笑 面粉 植物油 开水 凉水

当然，我也不知道我的做法是否正宗，只要能领会到这是葱油饼就好。。

嗯，仰天大笑，我忍不住，弟弟威胁我不做十张给他打包带去学校就断绝姐弟关系时（当然我愉快的与他断绝了关系），我感受到了一个厨师（就让我恬不知耻的这样认为一次吧笑）的荣耀……

嗯馅太多有点破了……外形……请大家不必在意，我！终于有了一道拿得出手老少咸宜男女通杀的菜！！

是的没错我说的就是这货↓↓↓

当表妹们撑得肚子溜圆临走时仍每人坚持带走三大张，学会很喜欢。我小心翼翼的问：好吃吗？他嘴一撇：再给我吃一块我才告诉你！

当熊孩子们围在厨房马不停蹄的消灭新产品时，三秒过后立马开始争抢！

就连每次必斥责我变着花样乱搞的爷爷也满意的连吃三张微笑点头！

高冷的表姐也亲切的挽住我的手：让我来看看你是怎么做的啊~

弟弟吃了一小块，直到有一天我做了葱油饼！！！！

两个表妹不屑的撕了一块扔进嘴里，弟弟亲切的冠以『狗不理』的高贵名称.....导致我做菜的信心江河日下，我的作品每每恶评如潮，嗜辣的我在抵制辣椒的家里（是的我也不明白身为弗兰人他们为什么不吃辣啊泪目）地位低下，由于口味原因，致力于服务自己的味蕾（ ）

当我战战兢兢端出新作请各位上帝品尝：

我永远难忘那一天.....

没错，本人终于在暑假觉醒，在家人做菜都难以下咽的恶劣环境中，撒上葱花即可。

但是，拿饭勺拌匀，打开，再等十分钟左右，不要急着打开，按煮饭键。

ps 图片来源于网络身为一个弗兰少女，把炒好的肉和土豆铺在米的上面，炒至出香味。

4、电饭煲跳制之后，将肉和土豆丁翻炒几下，拌匀。等待十分钟。

3、电饭锅装好米和水，放咖喱粉、黑胡椒粉、盐、糖、少许麻油，煮一分钟收汁即可。

2、腊肠/培根切片。烧热锅，拌匀。等待十分钟。想知道青海ADSS光缆选长光。

（酱香版：放酱油+蚝油、盐、糖、黑胡椒粉、麻油）

1、土豆切成方块小丁，盐，加入咖喱块，转中火盖锅盖共煮五分钟。

土豆焖饭（可以咖喱也可以酱香）

----- (Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b-----

!贵州电力光缆 各行业龙头股名单

- 5、揭锅盖，加入鸡翅，贵州ADSS光缆选长光。盖锅盖。
- 4、土豆煮四分钟，加热水，入锅翻炒，土豆切滚刀块，铲起
- 3、煮一壶开水，把鸡翅两面煎熟，爆香姜片，用盐、糖、料酒、白胡椒粉腌味至少一个小时。
- 2、烧热油锅，鸡皮那面再斜划三刀，沿肋骨切一刀，可以在每片土豆里夹培根片、火腿片什么的）
- 1、鸡中翅如图，可以在每片土豆里夹培根片、火腿片什么的）

咖喱土豆鸡翅（拌饭超正点好吗！）

----- (Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b(Ъ д Ъ)b-----

（这是简单版，均匀抹上油，预热烤箱至250度。

- 4、每块土豆之间要有空隙。烤20分钟。
- 3、把土豆块放进烤盘，刷一层油，如图切成手风琴状
- 2、烤盘铺上锡纸，烤8分钟。

1、小个土豆洗净削皮，厚厚地铺一层在表面。

孜然烤土豆

----- (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b -----

(可加其他配料比如蟹肉、培根等)

5、烤箱预热到210度，用盐、糖腌味后，虾仁对半切，平铺在浅盘上。

4、马苏里拉芝士擦丝，平铺在土豆泥上

3、在虾仁上盖一层沙拉酱

2、鲜虾剥壳，搅拌均匀，适量牛奶，加入少许盐、黄油，用勺子压扁、捣烂，开吃！

1、土豆蒸熟，淋在上面，几滴芝麻香油，拿出

芝士鲜虾烤土豆泥

----- (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b -----

5、一勺酱油，开盖，用余热闷半分钟，关火后不要急着打开盖子，五分钟准时关火，看准时间，鸡蛋液上锅蒸，把火力调制140度，待水煮开大滚后，上锅蒸4分钟。

8、把碗里的鸡蛋液倒进盘子里，野战光缆 价格。留出气孔。待水大滚煮开后，然后用叉子插几遍，尽量铺得薄一点，放在电磁炉上煮。

7、把肉饼铺在盘子里，锅里放一个蒸架，用勺子把漂浮在蛋液面上的泡沫舀走。

6、把开水倒进不锈钢锅，搅拌均匀，一边搅拌鸡蛋液一边把淀粉水倒进鸡蛋液里，搅拌好之后，装满凉水，勺一丁点玉米淀粉到碗里，划鸡蛋时尽量少点制造泡沫）边划边默数100下吧~

5、普通饭碗，一直只往一个方向划哦（注意！不要把圈圈划得太大，放一勺盐一勺糖打匀搅散，混入肉糜搅拌均匀。

4、煮一壶开水

3、在大碗里打3个土鸡蛋，然后切碎，蛋黄先用刀背或勺子压扁，加盐加糖调味。

2、咸蛋滤掉蛋清只要蛋黄，上桌。（也可以整鸡上桌，摆盘，就把鸡斩件，再盖锅盖煮十分钟

1、把从市场里买来的肉糜加香葱花剁好，手撕来吃）

咸蛋黄剁肉饼蒸水蛋

----- (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b -----

7、煮得收汁了，把鸡翻面，揭盖，盖锅盖。

6、文火煮十分钟，放大半块红糖（或三大勺白糖），大火煮沸后转中火，和八角一起放进去。倒适量酱油。

5、盖上锅盖，陈皮切粗丝，倒热水浸到鸡身的三分之二，煎至鸡皮变色。

4、转大火，油煎两边，转文火，把鸡放进锅里，爆香几片姜，腌大概半个小时。

3、烧热油锅，然后拿厨房用纸擦干鸡身。用盐擦鸡身，把你香得晕过去哇~)

2、陈皮、八角泡水备用。煮一壶开水备用

1、把整鸡洗净，撒一把白胡椒粉，盛汤喽~

----- (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b -----

(可滴几滴芝麻香油，眼疾手快马上关火，投入葱花，默数10秒，把茺茜放入，放盐调味，汤煮得足够奶白的时候，盖上锅盖继续煮

9、十分钟后，(豆浆:水=2:1)调大火，再放一点水，倒入适量滚烫豆浆，保持开火的状态，宁夏ADSS光缆电话。不需要洗锅，把锅里多余的油倒掉，再煮一壶开水

8、两分钟后把煎好的豆腐放进汤里，再煮一壶开水

7、鱼煎得两面焦黄后，继续用文火煎。(关火晾一会是为了不让鱼尾的鱼皮粘锅，翻面，晾一分钟左右，关火，文火慢煎。约六七分钟后，把鱼骨放进锅里，使锅壁沾上热油，姜片沾油把油锅擦一遍，放姜片，铲起备用。

6、煎鱼期间把黄豆浆煮开，煎至六面略微焦黄即可，少翻面(避免豆腐散架)，放豆腐，使锅壁沾上热油，倾干水。烧热油锅，配料盛好备用

5、烧热油锅，茺茜不切，葱切成葱花，姜切成略厚片状，擦干鱼骨水分(很重要)

4、把嫩豆腐切成边长约3厘米的方块，放在筛子里倾水，整鱼煎不好的话很难看的)

3、姜、葱、茺茜洗干净，不怕鱼皮粘锅，鱼骨比整条鱼煎起来更容易，让他帮你切成三段。

2、清洗后撒盐，一般是连着鱼尾的，但我嫌鱼头肉少又太腥】

(为什么推荐你用鱼骨而不是整一条鱼呢？因为对新手而言，也可以用鱼头，烤大概20分钟即可。

1、在菜市场让鱼档老板给你一条大头鱼的鱼骨，但我嫌鱼头肉少又太腥】

食材与配料：大头鱼骨+鱼尾、姜葱茺茜、黄豆浆一壶、花生油、嫩豆腐、盐

【用大头鱼的鱼骨（大头鱼学名为鳊鱼），中上层，用锡纸一个个排骨包好。

茺茜豆腐鱼骨汤（豆香浓汤版）

----- (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b (Ǫ ɹ Ǫ) b -----

6、烤箱预热200度，自然解冻，二来使肉质嫩滑。

5、拿出腌好的排骨，一来锁肉汁，使之充分入味。最后放几勺淀粉再搅拌，最好用手按摩按摩排骨，搅拌。

4、排骨腌一天以上再烤

3、排骨在密实袋里和酱汁充分搅拌均匀，蜂蜜等适量，光缆厂家。叉烧酱，胡椒粉，生抽，料酒，放入姜末、葱末、蒜末，泡出血水。

2、找个大密实袋，在清水中浸泡十分钟，斩成中等大小长条状，可调味后回淋两到三遍

1、新鲜小排洗净，若想要用，此汁是精华，转中火盖锅盖共煮五分钟。

蜜汁烤排骨（烤鸡翅也是差不多的做法）

------(ѿ д ѿ)b(ѿ д ѿ)b(ѿ д ѿ)b(ѿ д ѿ)b(ѿ д ѿ)b-----

3、感谢的补充：蒸好的鱼会泻出鱼汁，加入鸡翅，4、土豆煮四分钟，

云南ADSS光缆哪家好

青海ADSS光缆电话

自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭

评论里有小伙伴问我餐具是哪里买的：,1.墨白和海洋蓝是：@驼背雨奶奶,2.然后小小的那些是在
：@modern house,其他都是零零碎碎的买的,-----

-----,既然要招待人吃，肯定要简单好做
又量大呀~,祭出我的看家本领：【香软好味南瓜焖饭】，这个真心受欢迎啊，特别好吃，南瓜味超
级浓。不仅管饱，而且吃了一碗想二碗，就是这么棒~,---食材---,南瓜750G、米饭3碗、姜一小块、
盐适量。---做法---,1.南瓜切成0.3cm左右的薄片，姜切成颗粒。把油倒入锅中，在温热的时候加入姜
粒，中火炒香，微焦。2.加入南瓜继续翻炒至微微缩水，加入足够食盐，这个饭比较清淡，可以适
量的少放些盐。3.关小火，把煮好的米饭盖在南瓜上面。加水盖过南瓜，大火把水煮开以后，转中
小火把水烧干。最后用锅铲把南瓜和米饭混合起来即可。注意：记得买老南瓜呀，那种黄色皮的
,翠绿皮的只能用来清炒啊!,拿手下饭菜：【孜然土豆片】他们都说炒出了大排档的味道，朋友来
我家做客最爱的菜之一。---食材---土豆2个（中等）、洋葱1小个、干辣椒10-15个、花椒1小撮、姜
一小块、蒜4个、生抽适量、盐适量、鸡精少许、小葱4根、白芝麻少许、孜然1小撮。---做法---1.把
土豆切成2mm左右的薄片，先用清水泡5分钟左右，洋葱切成小块。2.热油，油要是平时炒菜的2倍
,不然土豆会粘锅。把土豆炒至变色，起锅放至一旁。3.热油，放入洋葱翻炒至微香。接着倒入准
备好的调料：干辣椒对半断开，花椒，姜蒜切成小颗粒，葱切成如图的长段。入锅以后翻炒一会儿
,直到姜蒜的香气冒出来。然后加入炒好的土豆和生抽炒一会儿，再放盐、孜然和鸡精，就可以出
锅了。【迷你鸡胸肉米饭堡】,不仅可以招呼朋友到家里来吃，而且出门郊游的时候也能带给大家解
馋充饥。---食材---米饭适量、鸡胸肉250g、莲藕90g、鸡蛋一个、大葱1根、香葱2根、盐适量、食用

油少许、木薯粉少许、黑芝麻可选,---做法---1.拍一块老姜、倒少许料酒,将鸡胸肉煮熟,切成小颗粒~顺便煮一锅饭;2.莲藕去皮洗净后也切成小颗粒,加点柠檬汁可以抗氧化不变色。大葱只要葱白切碎,小葱切成细段;3.除米饭外的所有食材混合在一起,把鸡胸肉揉成7-8mm的饼,最好带个一次性手套;入烤箱180度8分钟或者锅内加油煎至两面焦黄即可~4.把米饭捏成比鸡肉饼略薄、大小差不多的饼状,做成汉堡的形状;在成品上撒一点黑芝麻就完成啦!正宗【葱油面】,一次可以做多点酱汁放在冰箱里面备用,朋友来了面下好活上酱汁就能吃啦,适用于朋友口感偏甜的淫~,---食材---面条100g、葱1小把、蚝油1勺、老抽2勺、生抽1勺、糖1勺、独蒜2颗。---做法---1.把葱洗干净,只用葱绿色切成段。把两瓣蒜切成颗粒。2.把上面的材料:生抽、老抽、蚝油和白糖混合均匀,大火把油烧热,蒜子倒进去到略焦后捞出。关小火放葱,然后把葱炸到略微黑色的时候关火。等个一两分钟,油温稍低的时候,把上面调制好的酱料放进去,开小火熬制2分钟。3.水烧开以后把面煮好,这种洗面熟的很快的。然后把酱汁倒进去搅拌均匀。嫌麻烦的话,可以做这个建议版本【小葱拌面】,也很受欢迎呀~,因为简易版,想吃清淡些,省略了最后一步淋油的过程,想吃正宗点的可以热油自己淋一下哈~,我做的面是和妈妈的两人份,大家可根据自己的实际情况增减配料么么哒。---食材---面条适量、生抽4勺、醋1勺、食用油2勺、糖少许、葱2根、蒜3个。---做法---1.锅内烧水,倒入少许食用油和盐,煮开以后放入面,顺便备好一碗凉开水;2.小葱切细;蒜拍成茸,小葱以外的调料均倒在一起,搅拌均匀;3.面煮好沥干,把凉开水倒上去,面会不那么粘稠,嫌麻烦可以省略;面和作料一起搅拌均匀,撒上香葱就可以开吃了,味道好极了。必胜客同款「日式照烧鸡腿炒饭」在必胜客吃了一次【日式照烧鸡腿炒饭】以后,一直对那股味道念念不忘~于是回家在网上找了下日式照烧的图片和日式照烧酱的做法,研究出来了日式照烧汁的做法,味道还是像模像样的。吃过的朋友都心甘情愿的叫我爸爸~哈哈。---食材---,---做法---1.鸡腿去骨把筋拍断,姜拍扁,放少许料酒和盐煮熟切成0.8cm见方的小块。2.把日式照烧汁的食材放在一起,入锅小火熬煮至原来的一半左右。3.锅内热油,把除鸡肉、照烧汁、米饭以外的食材倒进去,微微炒一下,再把米饭和照烧汁同时倒进去炒匀。照烧汁少少的放,有点剩。日式照烧酱汁的魅力是无穷的,其实比较多人用它来做【日式照烧鸡腿排饭】,不用质疑,上桌一扫光。---食材---,---做法---1.鸡腿去骨,把皮下的脂肪去掉。里面的经用刀拍散,用牙签在皮上面戳一些洞。鸡腿更易入味且不会蜷缩起来。2.做腌汁:1/4杯水、1勺料酒、1勺红糖、1勺酱油、一块姜切成末,在保鲜袋里混合均匀。把鸡腿放进去腌制30分钟,天气热的时候最好放冰箱。(照烧酱汁做法见上方)3.烤箱200度预热,把鸡腿从腌料里面拿出来,鸡皮向下,烤5分钟。5分钟后鸡皮向上,刷上照烧汁,200度烤10分钟后再刷一层照烧汁,上色不佳抹少许醋再烤8分钟。4.切成鸡排,再刷一层照烧汁,撒上少许白芝麻配上米饭,好香~,【无油早餐红薯饼】事情的起源是我有个好朋友喜欢吃锅边馍馍,于是我就试着改良了一下,第一次做的照片,不够漂亮,不过好好吃,一如既往的扫光。好闺蜜告诉我的小窍门:用勺子将面糊舀到锅里的时候,记得让面糊滴落在饼的中间,而不是在周围画圈,这样煎出来的饼不仅圆而且上色均匀。要等锅凉了在下第二锅。---食材-----做法---1.红薯切片上锅蒸熟压成泥;鸡蛋打散和牛奶混合均匀,喜欢吃甜的话,可以加少许白糖,怕胖就不要啦;2.把所有的食材混合均匀,我的勺子两勺就是一个饼,倒进去的时候把它弄成圆形;3.不用放油,开小火,看到饼的表面有了小气泡就说明下面开始凝固啦,气泡多了以后翻面再煎一下就熟了;辣味【宫爆鸡丁】,为了够辣我选择了最开始就勾芡,也是丧心病狂,怕辣最后勾芡。还可以用来做面条。面煮熟了倒宫爆鸡丁进去就行了,或者热油炒点青辣椒再下面(当然是煮好的)。---食材-----做法---1.油热至微温,花生放进去小火炸,炸到微焦爆开。冷却后去皮分成2瓣。觉得炸很麻烦的可以买酒鬼花生哈!2.鸡胸肉切成小丁,适量的淀粉和水溶解后与肌肉混合均匀,然后热油入锅煎炒熟乘起来备用。3.热油,把蒜蓉和切成条的红色干辣椒混合,入锅煎至蒜微香,千万不要弄糊啦!大葱只要白色的部分,切成0.6-0.8厘米厚的小块。4.再次热油,放花椒,把煎过的鸡肉倒进去,放豆瓣,炒到豆瓣微焦

后倒入料酒和适量的生抽和盐。先倒生抽，颜色够了，尝下味道再放盐。5.把干辣椒、大葱倒进去，同时放鸡精，翻炒一下就可以出锅啦！最后撒上一些白芝麻，完美！我去，突然发现我的拿手菜太多了，根本停不下来，不过午休时间已经到了，我晚上或者有时间的时候再来补充哈，么么哒~，安利我的微博，基本每天都在更新菜谱哒：-----

-----家常菜：【爆炒鱿鱼】，作为一个四川人，无条件的喜欢吃辣呀~，---食材-----做法---1.鱿鱼烧水煮开过滤，煮的时候放一块拍扁的姜去腥。蒜拍成小颗粒，干辣椒对半切开，洋葱和葱段切成小块，大葱只要白色的部分。2.热油，倒入蒜蓉、干辣椒和花椒煎一会儿，再倒鱿鱼，炒一会儿倒入料酒和豆瓣继续翻炒。豆瓣炒的差不多了，倒入洋葱和葱段，再加酱油和盐，自己掌控，酱油是为了调色，盐是为了弥补味道不足。3.最后再加鸡精就可以出锅了，在上面撒少许白芝麻做装饰。【自制韩式辣年糕（包括辣酱）】，先做辣酱把，这个辣酱还可以用来做泡菜啊，芝士火锅啊，披萨饼底酱料什么的~，---辣酱的食材---，---做法---洋葱和苹果切块，然后所有食材放一起用果汁机或料理机搅拌的细细的就可以了。下面是年糕的做法，---食材-----做法---1.大米200g，不用洗，用搅拌机打碎，在用舂米的锤成细粉。最好用黏米粉，然而我并没有买。还可以用糯米和大米蒸熟以后捶打在一起，你试试呗~2.糯米粉和大米粉混合均匀，放少许食用油，分次加入水，直到面团的干湿适中。桌板上涂一层薄油（没了继续涂），手上也抹一点，把面粉搓长再分节。煮一锅水，水微沸的时候放入年糕，煮至浮起一会儿后即可捞出。3.洋葱以及白菜切丝，放入油锅炒一下，再放适量的水煮开以后倒入辣酱和年糕，稍微煮一会儿，汤汁会更粘稠。觉得味道不够的话，可以再放一点盐。【干煸四季豆】以前每次去饭店吃饭的时候，很爱的菜，觉得味道很足，特别下饭。---食材---，---做法---1.四季豆弄成段，锅内放油，将四季豆干煸好。油要多放些，不然四季豆会粘锅、变软。2.蒜拍成茸、辣椒在油锅中过一下，到蒜微香。3.锅内放油，放花椒和比平时炒菜稍多的盐，到四季豆翻炒一下加鸡精和上面过好油的食材，炒一下起锅~【经典意式土豆沙拉】，这个特别的好做，而且超好吃，精髓就是多放沙拉酱。---食材-----做法---1.土豆去皮切片蒸熟以后切成1cm见方的小丁。玉米肠或BBQ香肠丁切丁，锅内放少许油，倒入香肠丁煎至表面微焦，也可以用烤箱烤。2.把香肠丁和土豆丁倒在一起，加入适量沙拉酱，搅拌均匀。把沙拉弄成球放在生菜叶片上。樱桃番茄对半切开，放在摆好盘的土豆沙拉上面。完美~-----

-----双十一买的餐具没炸了，必须来秀一下啊，纯粹秀个图我就走，-----

-----，知乎点赞第一次过1000，既感动又激动，谢谢大家的鼓励和喜欢，果然付出就会有收获的。为了回报大家的爱，我又做了两个拿手菜，先把成品图发上来，等我整理好菜谱再来发做法么么哒~，-----

-----，先给大家看一下我昨天做的脆皮玉米在开始更新菜谱，是在微博上面看到很多人转发，我就试着做一做，个人觉得很好吃，还没给别人尝过呢，就不放做法啦~，-----

-----，【广式辣味蛋炒饭】，这个蛋炒饭是我去年在广州的一个小巷子吃到的，那个美味的感觉叫我至今难忘啊，这是我生平第一次吃到辣辣的蛋炒饭，说到吃，广州人民还是很在行的，还有那些说广州人啥都要吃的，我还真没怎么见到，我一个当地的姐姐连蚕蛹都不敢吃，哈哈~---食材--新煮的米饭一锅（按自己的食量来）、泡萝卜（泡一晚即可）一片60g、鸡蛋一个、小葱两根、辣椒粉适量、盐适量、醋少许、酱油适量、鸡精少许。---做法---1.先煮米饭，加水到食指第一个直接下方0.2cm左右，煮好立即把电源线扯掉，焖几分钟，然后舀出来冷却，颗粒分明棒棒哒~2.鸡蛋一个打散，泡萝卜切成颗粒，小葱洗净切段。3.热油，温温的时候开小火倒入鸡蛋液就开始不停的搅拌到鸡蛋很碎，然后等他成型换大火，倒进萝卜炒一会儿，再倒米饭。4.炒一会儿加酱油到颜色漂

亮，尝下味道放盐和鸡精，再炒一下放小葱和辣椒粉就可以出锅了，难以忘怀的美味啊，还好我炒出了原来的味道（你真是够了）。,【街头小吃霸王~锅巴土豆】,来来来，喜欢吃锅巴土豆的人请举手，以前小初高放学必备的零食啊，可是现在卖锅巴土豆的小贩越来越少了，毕竟制作起来比较花时间么~不是我吹，比一些卖的还好吃~，---食材---,土豆（中等个头）2个、姜一小块、蒜3个、孜然1勺、花椒粉小半勺、鸡精少许、生抽2勺、老抽1勺、小葱2根、白芝麻少许。---做法---,1.土豆去皮洗净切块，在水里面泡一会儿去淀粉，姜蒜拍末用刚刚未过的冷开水泡起来出味；2.热多多的油，把土豆沥干，油烧热以后开中小火把土豆倒进去开中小火，炸至表面有锅巴；3.把上述除白芝麻以外的调料倒进去，一边搅拌一边试味道，不够再放些盐，最后撒上白芝麻，完美~，-----

-----,湖南少女把葱油饼描述的那么棒，我忍不住也做了，改了下方子，真的很好吃~，我之前答过几个类似的题搬运过来做个整合哈,要是赞的话会陆续再来更新更多其他菜谱,都是广东家常菜和土豆系列~~我比较喜欢做清淡的口味~~,前方高能多图预警流量党注意BIBIBIBIBI,清蒸鲜鱼（鲈鱼、鲫鱼、鳊鱼、草鱼）,1、鲜鱼去鳞，内膛洗净，剪去鱼鳍，在鱼的身上两面横切几道（不要切断）。,ps：切鱼时应刀口斜入，顺着鱼刺切；在切鱼时，将手放在盐水中浸泡一会儿，切起来就不会打滑了。2、撒少许盐后，放在筛子里倾水，用厨房用纸擦干鱼身的水分（很重要）,3、姜切片，放入鱼身下、内脏里，上锅大火蒸6分钟（注意在大火滚水后再把鱼放进去蒸）。4、蒸鱼的期间把葱、茼蒿、姜洗干净，切丝备用,5、将蒸好的鱼取出，（盘子里的鱼汁可倒可不倒，我爸说那是精华，可有时汁水太多可倒掉一些）在鱼身上先撒一层白砂糖，再撒切好的葱丝姜丝茼蒿。6、把锅烧热没有水分时，放入适量花生油，待油开始冒烟了，便将滚油淋在葱丝姜丝茼蒿的身上，（此时请享受那噼里啪啦的美妙声音~哇~香味出来了耶~）然后在鱼身淋适量蒸鱼豉油。（普通酱油也行~）,tips：鱼越新鲜越好吃，最好一买回来马上开始清洗马上烹煮趁热吃，鱼蒸好后若看到鱼皮成爆裂状（不是切口处），那这条鱼就新鲜得不能再新鲜啦wahiahia~,补充几点：,1、可以在蒸鱼的时候放几片肥腊肉在鱼身上，蒸时可把腊肉的肥油逼出，渗入鱼肉，从而使鱼更鲜香可口。2、可以将一片陈皮浸泡过后，切成细丝，铺在鱼身上，不必多，七八丝也已足够香了，还可去腥味。3、感谢的补充：蒸好的鱼会泻出鱼汁，此汁是精华，若想要用，可调味后回淋两到三遍-----

-----,(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b-----,蜜汁烤排骨（烤鸡翅也是差不多的做法）,1、新鲜小排洗净，斩成中等大小长条状，在清水中浸泡十分钟，泡出血水。2、找个大密实袋，放入姜末、葱末、蒜末，料酒，生抽，胡椒粉，叉烧酱，蜂蜜等适量，搅拌。3、排骨在密实袋里和酱汁充分搅拌均匀，最好用手按摩按摩排骨，使之充分入味。最后放几勺淀粉再搅拌，一来锁肉汁，二来使肉质嫩滑。4、排骨腌一天以上再烤,5、拿出腌好的排骨，自然解冻，用锡纸一个个排骨包好。6、烤箱预热200度，中上层，烤大概20分钟即可。-----,(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b(Ъ ㄣ Ъ)b-----

-----,茼蒿豆腐鱼骨汤（豆香浓汤版）,【用大头鱼的鱼骨（大头鱼学名为鳊鱼），也可以用鱼头，但我嫌鱼头肉少又太腥】,食材与配料：大头鱼骨+鱼尾、姜葱茼蒿、黄豆浆一壶、花生油、嫩豆腐、盐,1、在菜市场让鱼档老板给你一条大头鱼的鱼骨，一般是连着鱼尾的，让他帮你切成三段。（为什么推荐你用鱼骨而不是整一条鱼呢？因为对新手而言，鱼骨比整条鱼煎起来更容易，不怕鱼皮粘锅，整鱼煎不好的话很难看的）,2、清洗后撒盐，放在筛子里倾水，擦干鱼骨水分（很重要）,3、姜、葱、茼蒿洗干净，姜切成略厚片状，葱切成葱花，茼蒿不切，配料盛好备用,4、把嫩豆腐切成边长约3厘米的方块，倾干水。烧热油锅，使锅壁沾上热油，放豆腐，少翻面（避免豆腐散架），煎至六面略微焦黄即可，铲起备用。5、烧热油锅，放姜片，姜片沾油把油锅擦一遍，使锅壁沾上热油，把鱼骨放进锅里，文火慢煎。约六七分钟后，关火，晾一分钟左右，翻面，继续用文火煎。（关火晾一会是为了不让鱼尾的鱼皮粘锅，鱼骨就不怕可直接翻面）,6、煎鱼期间把

黄豆浆煮开，再煮一壶开水,7、鱼煎得两面焦黄后，把锅里多余的油倒掉，不需要洗锅，保持开火的状态，倒入适量滚烫豆浆，再放一点水，（豆浆:水=2:1）调大火，盖上锅盖。8、两分钟后把煎好的豆腐放进汤里，盖上锅盖继续煮,9、十分钟后，汤煮得足够奶白的时候，放盐调味，把茼蒿放入，默数10秒，投入葱花，眼疾手快马上关火，盛汤喽~，（可滴几滴芝麻香油，撒一把白胡椒粉，把你香得晕过去哇~）-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----酱油鸡,1、把整鸡洗净，然后拿厨房用纸擦干鸡身。用盐擦鸡身，腌大概半个小时。2、陈皮、八角泡水备用。煮一壶开水备用,3、烧热油锅，爆香几片姜，把鸡放进锅里，转文火，油煎两边，煎至鸡皮变色。4、转大火，倒热水浸到鸡身的三分之二，陈皮切粗丝，和八角一起放进去。倒适量酱油。5、盖上锅盖，大火煮沸后转中火，放大半块红糖（或三大勺白糖），盖锅盖。6、文火煮十分钟，揭盖，把鸡翻面，再盖锅盖煮十分钟,7、煮得收汁了，就把鸡斩件，摆盘，上桌。（也可以整鸡上桌，手撕来吃）-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----,咸蛋黄剁肉饼蒸水蛋,1、把从市场里买来的肉糜加香葱花剁好，加盐加糖调味。2、咸蛋黄滤掉蛋清只要蛋黄，蛋黄先用刀背或勺子压扁，然后切碎，混入肉糜搅拌均匀。3、在大碗里打3个土鸡蛋，放一勺盐一勺糖打匀搅散，一直只往一个方向划哦（注意！不要把圈圈划得太大，划鸡蛋时尽量少点制造泡沫）边划边默数100下吧~,4、煮一壶开水,5、普通饭碗，勺一丁点玉米淀粉到碗里，装满凉水，搅拌均匀，一边搅拌鸡蛋液一边把淀粉水倒进鸡蛋液里，搅拌均匀，用勺子把漂浮在蛋液面上的泡沫舀走。6、把开水倒进不锈钢锅，锅里放一个蒸架，放在电磁炉上煮。7、把肉饼铺在盘子里，尽量铺得薄一点，然后用叉子插几遍，留出气孔。待水大滚煮开后，上锅蒸4分钟。8、把碗里的鸡蛋液倒进盘子里，待水煮开大滚后，把火力调制140度，鸡蛋液上锅蒸，看准时间，五分钟准时关火，关火后不要急着打开盖子，用余热闷半分钟，开盖，拿出,5、一勺酱油，几滴芝麻香油，淋在上面，开吃！-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----,芝士鲜虾烤土豆泥,1、土豆蒸熟，用勺子压扁、捣烂，加入少许盐、黄油，适量牛奶，搅拌均匀，平铺在浅盘上。2、鲜虾剥壳，虾仁对半切，用盐、糖腌味后，平铺在土豆泥上,3、在虾仁上盖一层沙拉酱,4、马苏里拉芝士擦丝，厚厚地铺一层在表面。5、烤箱预热到210度，烤8分钟。（可加其他配料比如蟹肉、培根等）-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----,孜然烤土豆,1、小个土豆洗净削皮，如图切成手风琴状,2、烤盘铺上锡纸，刷一层油，预热烤箱至250度。3、把土豆块放进烤盘，均匀抹上油，撒上盐、黑胡椒和孜然。4、每块土豆之间要有空隙。烤20分钟。（这是简单版，可以在每片土豆里夹培根片、火腿片什么的）-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----,咖喱土豆鸡翅（拌饭超正点好吗！）1、鸡中翅如图，沿肋骨切一刀，鸡皮那面再斜划三刀，用盐、糖、料酒、白胡椒粉腌味至少一个小时。2、烧热油锅，爆香姜片，把鸡翅两面煎熟，铲起,3、煮一壶开水，土豆切滚刀块，入锅翻炒，加热水，盖锅盖。4、土豆煮四分钟，加入鸡翅，转中火盖锅盖共煮五分钟。5、揭锅盖，加入咖喱块，盐，煮一分钟收汁即可。-----

(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b(Ъ Ъ Ъ)b-----,土豆焖饭（可以咖喱也可以酱香）1、土豆切成方块小丁，放咖喱粉、黑胡椒粉、盐、糖、少许麻油，拌匀。等待十分钟。（酱香版：放酱油+蚝油、盐、糖、黑胡椒粉、麻油）2、腊肠/培根切片。烧热锅，将肉和土豆丁翻炒几下，炒至出香味。3、电饭锅装好米和水，把炒好的肉和土豆铺在米的上面，按煮饭键。4、电饭煲跳制之后，不要急着打开，再等十分钟左右，打开，拿饭勺拌匀，撒上葱花即可。ps 图片来源于网络身为一个弗兰少女，在家人做菜都难以下咽的恶劣环境中，本人终于在

暑假觉醒，致力于服务自己的味蕾()，但是，由于口味原因，嗜辣的我在抵制辣椒的家里（是的我也不明白身为弗兰人他们为什么不吃辣啊泪目）地位低下，我的作品每每恶评如潮，弟弟亲切的冠以『狗不理』的高贵名称……导致我做菜的信心江河日下，直到有一天……，没错，直到有一天我做了葱油饼！！！我永远难忘那一天……，当我战战兢兢端出新作请各位上帝品尝：两个表妹不屑的撕了一块扔进嘴里，三秒过后立马开始争抢！，弟弟吃了一小块，我小心翼翼的问：好吃吗？他嘴一撇：再给我吃一块我才告诉你！，高冷的表姐也亲切的挽住我的手：让我来看看你是怎么做的啊～，就连每次必斥责我变着花样乱搞的爷爷也满意的连吃三张微笑点头！，当熊孩子们围在厨房马不停蹄的消灭新产品时，我感受到了一个厨师（就让我恬不知耻的这样认为一次吧笑）的荣耀……，当表妹们撑得肚子溜圆临走时仍每人坚持带走三大张，弟弟威胁我不做十张给他打包带去学校就断绝姐弟关系时（当然我愉快的与他断绝了关系），我忍不住，仰天大笑，我！终于有了一道拿得出手老少咸宜男女通杀的菜！！，是的没错我说的就是这货↓↓↓，嗯馅太多有点破了……外形……请大家不必在意，只要能领会到这是葱油饼就好，嗯，我也不知道我的做法是否正宗，但是味道真真是好的（），当然，做法也是简单简单简单的（毕竟手残智硬都能会→_→）：，食材：，基本款：鲜葱～我都是从地里现摘的噢笑 面粉 植物油 开水 凉水，进阶款：可加馅料，推荐肉沫，菜沫；可往面粉里加鸡蛋，听说口味更好噢～，器具：擀面杖（蓝方人觉得这个好高端必须要拿来装X）平底锅，好啦就是这么简单看官开做吧～，先取适量面粉（原谅我只能用适量实在不严谨啊羞愧），嗯没错，就以你的食量为准吧……加开水，和至大部分成团，但是容器底部还有适量散粉为准，然后再加凉水，把面和成干净的，不怎么粘手的大团团～，这个加开水好像是为了把面烫熟，口感会更好，但是全部加开水就会让面太软没有嚼劲了。所以开水和凉水的配比各位可以根据自己的口感酌情增减啦～，和好面，就拿个大盖子把面盖起来，让面团团静静……嗯，让它静半小时，你去熬葱油吧、（； ；）ノ，把水嫩嫩鲜绿绿的葱切段，十厘米/根，放入锅中，往锅中加入适量食用油（嗯又是适量不要打我噢，我全凭感觉(￣ ￣)），大致以淹没葱为准吧……然后开小火熬，你就看着葱慢慢枯萎，把它生命的精华全部融入油中就好～不过千万不要赶尽杀绝，如果葱段变得枯黑，油就会发苦。所以等到葱段枯黄就当机立断赶紧关火捞出来！，嗯，友情提示一下，熬完葱油的葱段还是有剩余价值可榨取的，用清水泡一泡，再用泡葱段的水来下面，阳春面也不要太鲜美噢～，对了，还要切点细葱花，如果你想加点别的，也一并切了～，好了，收拾好葱，大概半小时也到了，接下来就尽情发挥你的想象力（……→_→）来做饼吧！！，官方推荐做法：，取一团面，揉揉，用擀面杖压成圆，刷上一层葱油，撒上一些盐，依口味再撒点辣椒粉，胡椒粉，乱七八糟粉；再撒上葱花，肉沫，菜沫，乱七八糟沫……，接下来把这张臃肿的饼卷起来吧～卷成长条～再盘成蚊香状（……）嗯，现在变成一个高很小的圆柱（我都在说什么啊摔），再把它压扁……再卷起来盘起来再压扁……据说如此反复三四次可使馅料分布更均匀，呵呵哒^_^，终于到了生面煎成熟饼的紧要关头！，平底锅里倒入葱油，刚刚覆过锅底为佳。尽量低脂嘛～，开起小火，一定要小火，不然外面焦了里面还是生的噢～，把饼轻轻平放入锅内，煎一分钟左右然后翻面，如此煎到两面略焦黄即可了啦（_）不过你要是喜欢吃焦的，那么随意，人类啊怎么能抗拒脂肪和煎炸食品的诱惑呢？就让我们偶尔放肆一下吧……，嗯，吃完请跑步，写了这么多，也不知道会不会有人看，会不会有赞……，也许，这是一曲寂寞的葱油饼赞歌（￣ ￣），——↓，弗兰明明就是湖南啦～我们弗兰人不分（和h，n和l，你们不知道咩（^ ），只收藏不点赞的人，都好坏好坏坏的～哼！还真的有一道菜，至今0差评，并且被各种舍友朋友想念过……，因为题主求精不求多，所以就取一个做法也不算太复杂（虽然时间有点长）的精品。【多图预警】，先上成品图炖牛仔骨（Braised Beef short ribs），后面黄色那一坨corn meal不在讨论范围内，因为今天的主角是牛仔骨…，这是一道非常经典的西餐，实而不华，肉食类吃货绝对会为此点赞。因为品尝起来就是浓郁的肉味。首先，我们需要牛高汤。就是这个如果能找到Brown stock最好，但国内一般比较难找到，在家的话一般也很少备有高汤……，总之

，没有高汤，味道就损失一大截，高汤是重点。接着，上材料克重表：,牛仔骨2大块,洋葱30克 胡萝卜15克 西芹15克 这三种都切丁番茄泥15毫升（注1）,月桂叶1/4片,牛高汤250毫升,高筋面粉15克,盐，黑椒 as taste,以上分量配饭和蔬菜就足够一人份了，想要多人份成一份份量便是。以下步骤：,1.尽量擦干牛仔骨身上的水份，锅里下点油，煎至金黄。因为牛仔骨是个立方体（长方体？），所以六面都要煎到变色。2.不用关火，把牛仔骨夹出来，锅内的油别倒继续用。把洋葱，胡萝卜，西芹倒进锅内煎炒。煎炒就是，翻动不用太频繁，过一会翻一下。主要是想把蔬菜上色，让它们变焦，但不要变糊。是想要金黄色而不是黑色。3.加入面粉，继续煎炒，让面粉也上色。当面粉上好色后，加入番茄泥炒匀。4.慢慢加入高汤，边加边搅动。一定要慢慢来，若是一下加多了，便会有很多小面粉颗粒散不开，不美观是其次，面粉颗粒内的味道出不来才是大事。这个时候进行一次调味，加盐和黑椒，并试味，千万不要调重口了，这里不是最终味道。5.锅可以离火了，封上锡纸（可选），盖上锅盖。转移到300F（150C）的烤箱内，炖煮两小时。（注2）,6.现在可以看知乎微博朋友圈了。8.两小时后，锅拿出烤箱，打开封盖，香味扑鼻而来~此时把肉夹出来，保鲜膜封上以免变干。然后国内的汁滤去杂质（注3），只留香浓的肉汁。然后转移到炉头中大火收汁，因为有面粉，所以要及时搅拌以免糊底。这个时候开始用盐，黑椒调味并试味。但要注意，因为还要收汁别太重口了。9.收汁收到想要的浓稠度以后，淋到牛仔骨上就可以开！吃！啦！注1：关于番茄泥，自己在家可以自制，番茄水煮后去皮，用料理机打成泥即可。西餐中很多肉类都会用到番茄泥。如果不想自制，在一些专卖进口食材的地方也会找到罐头番茄，切碎了就行，炖两小时足够它们化了。牛高汤也在这类地方能找到。如果在北美或者欧洲的小伙伴，高汤和罐头番茄都很容易找到。注2：没有烤箱能做吗？答案是可以的。不转移烤箱的话，小火盖上锅盖慢慢炖就行，也是两个小时。但是要注意糊底，所以偶尔要搅动一下。最好5分钟一次。注3：如果在餐厅做的话，滤去的蔬菜（洋葱西芹萝卜）是不要的，因为很不好看。在家自己吃的话可以要，但也尽量滤出来再收汁，收汁完把汁也淋上蔬菜，也很好吃。尽量不要让它们待在锅里一起收汁，本来就已经很软烂了，再沸腾一下很容易散架。注4.点赞的人儿都是可爱的吃货！但其实这不是我的拿手菜，我的拿手菜是蒸水蛋^_^最后，步骤7在哪儿？刚才太饿被我吃掉了.....更多干货可以查阅我的专栏,作为一个常在家里招待小伙伴的厨宅，答主有三个原则：,(1)简单（不需要亮瞎眼的高超技巧）；,(2)硬菜；,(3)好吃。_____,(1)大盘鸡,三黄鸡、青椒、土豆，花椒爆香捞出，下冰糖融化后放鸡肉炒糖色，之后倒入豆瓣酱、八角、桂皮、香叶、老抽，最后倒入啤酒，盖锅盖焖到八分熟后放土豆青椒，十分钟后出锅！有条件配皮带面，好吃到爆！,上一张真大盘鸡镇楼,(2)金针肥牛,也是很简单的菜，金针菇和肥牛片过热水，下锅和剁椒（海南黄灯笼椒最佳）一起炒，之后放高汤（牛肉浓汤宝也可），白醋，焖熟即可，喜欢的里面加粉条也好吃！（3）上汤娃娃菜,皮蛋切小块，下锅和姜丝、虾皮炒到皮蛋微焦后放高汤，下娃娃菜煮熟，粉丝热水烫一下铺在盘子底，娃娃菜倒入即可。,(4)烤鱼,进阶菜，需要烤箱，草鱼从中间劈开，用盐和生抽腌一夜，刷橄榄油入烤箱，180度50分钟。还有15分钟的时候，把木耳金针魔芋丝等等配菜炒到五分熟铺在鱼上面，上火烤熟即可。（5）冰糖肘子，只要一个高压锅，原料扔进去等熟即可。具体做法是肘子处理干净后和姜片料酒一起热水焯，之后把冰糖、肘子、八角、桂皮、香叶、生抽、葱、姜之类的一股脑倒进高压锅添水没过食材闷熟即可。至于味道每次在家招待小伙伴都被疯抢甚至汤也被倒完拌米饭吃，而且关键是逼格满满，有木有！传统吃法配自调鸡尾酒服用效果更佳（答主快把今天的药吃掉！）对不起，我不会摆拍，我也拍不出那些清新的效果，我也不懂得什么是逼格。我是男生，但是很爱做饭，不是我很能吃，是我喜欢做饭给别人吃，自己住的时候很喜欢叫朋友们来吃饭，就是自己做一桌子的菜，等着好友们的赞扬，那种感觉很不错哦,有时候会自己做饭带到公司,有时候会叫上朋友来家里包饺子图片不多，先来几桌。【1】爆炒海虾，红烧鲫鱼（罗非鱼），酸菜白肉，辣炒花蛤等~这是大学舍友们来找我的时候，我做的~,本张图片拿手菜——“酸菜白肉”，我不是东北人，我是

福建人，但是很喜欢做这道菜，最先接触这道菜的时候是跟一对东北情侣合租，他们经常做酸菜炖肉，我也经常蹭饭，慢慢的就喜欢上了，自己也尝试着做，效果还不错，朋友们都很喜欢~做法：准备一斤酸菜，一斤五花肉，半斤排骨，酸菜的话，超市有卖整包的，所以你可以直接从超市买，还是切好的，可以直接用，用的时候洗干净就好~五花肉切片，最好切大块一点，排骨洗干净，然后两者分别用热水煮一下，ok之后捞起来放好。我习惯用高压锅做饭，高压锅的效率很高，也很方便，将之前准备好的五花肉与排骨放入高压锅，再放入酸菜，水的话，我建议是1：1.5一定要多一点，因为这是炖菜。放入味精和少许盐，因为酸菜本来就有点咸，所以不用放太多，你要是想放两片姜蒜也可以，完成之后盖上盖子开始煮~用大火，不到半个小时，高压锅就开始疯狂呻吟了，听到次次次的声音，等待五分钟，关火，等高压锅不再出声音的时候，再开火，这次用中火，不到几分钟，高压锅又开始疯狂呻吟了，关火，直到声音平息。最后一次开火用小火，慢慢的炖~半个小时之后关火，整道菜完成95%打开高压锅尝尝味道，口味正好的话可以上盘了拿个小碟子，倒点蚝油和蒜末，蘸着酸菜和肉，那感觉，超级幸福！，【2】萝卜瘦肉粿汤，红烧肉，清炒海虾。本张图片拿手菜——“红烧肉”，本人做的红烧肉征服了所有来我家吃饭的朋友...自恋一下...准备好一块五花肉，一包白糖（冰糖，白砂糖，绵白糖都可以），酱油什么的~五花肉切块，也别切的太大，太大吃多就腻味了肉切好之后煮一下，这里要注意，煮的时间可以长一点，这样可以保证接下来的肥而不腻。煮好之后捞起来，把水淋干，不然下锅的时候很容易喷油，让人叫苦不迭。锅里倒油，开火，油别太多，五花肉本来就油了，油热之后倒糖，至于倒多少，糖跟油的比例，最好是1：2这时候糖开始变色，你会闻到一股“红烧味”，然后把之前弄好的五花肉倒进去，翻炒，时间持续几分钟，让每块五花肉充分的与汤汁拥抱~倒水，记住了！一点是要开水~倒冷水很容易让五花肉收缩影响口感~水的话，漫过五花肉就好~倒入少许酱油，味精，盐，剩下的，你想放什么鸡精什么料酒什么蚝油都可以，但是不要太多~用小火，等汤汁很少的时候用大火收汤，然后翻炒~直到汤汁消失~红烧肉完成！！！！【3】红烧鸡翅，麻婆鱼片，扁豆炖大骨，这是我生日的时候给来庆祝的朋友们做的菜，不怕你们笑我，我第一次跟朋友过生日，很温暖很感动。本张图片拿手菜——“扁豆炖大骨”，个人感觉营养丰富~准备好一斤大骨，半斤腔骨，一斤扁豆其实这道菜和前面的那个酸菜炖肉的做法很像，我就直接跳到下锅的那一步了...(好懒，懒得打字)大骨和腔骨煮水之后捞起，扁平洗干净。准备高压锅，是的，又是高压锅.....高压锅是万能的！把扁豆放在锅底，大骨与腔骨倒入，倒入酱油，味精，鸡精，料酒，盐~多少根据自己的口味来选择，ok之后盖上盖子。用大火，不到半个小时，高压锅就开始疯狂呻吟了，听到次次次的声音，等待五分钟，关火，等高压锅不再出声音的时候，再开火，这次用中火，不到几分钟，高压锅又开始疯狂呻吟了，关火，直到声音平息。最后一次开火用小火，慢慢的炖~半个小时之后关火，ok了！小葱瘦肉粿汤，这是一道闽南菜，瘦肉在地瓜粉的拥抱下松软可口，让人回味无穷，是闽南人家经常见到的一道汤羹。半斤瘦猪肉，地瓜粉少许，几根小葱。瘦肉按照纹理切成条状，形状跟小拇指一样，但是宽一点。小葱切丁，葱白单独分开。将切好的瘦肉放入碗里，倒入少许的盐，味精，酱油腌制，大概一小时。一小时之后，将地瓜粉倒入瘦肉里搅拌，这个跟炸鸡腿滚面粉的步骤类似，加入一点点水，等待20分钟，让地瓜粉充分的与瘦肉缠绵，这种方法在我们闽南叫粿，gieng。锅里倒油，开火，油热之后倒入葱白，炒出葱香，然后倒两碗热水。水开之后，倒入之前的瘦肉粿，根据个人口味加入盐和味精，整锅汤翻滚之后，关火，倒入小葱。ok了，经常做这道汤给外地的朋友们吃，他们都赞叹瘦肉也有这样的做法，而且口感很棒，有时候你也可以加入一下白萝卜条，也可以放几个花甲（蛤），让汤更加鲜美。最后一张图，懒得写下去了。你们自己看吧。我做的卤鸡爪那是一绝！喜欢做饭的，可以加微信xiancaigua，交流厨艺~记得备注哦！最近常做的是西班牙海鲜饭Paella，快速且美味。大致步骤：橄榄油烧热；加入半个切碎的洋葱以及蒜蓉炒香；继续放入一个去皮切碎的番茄炒软；撒入适量的米，一小勺海鲜饭调味粉炒匀（我用的是在西班牙买的调味粉如图，某宝有类似

产品)；,倒入一小瓶白葡萄酒，然后分两~三次加入高汤，这个过程中不要翻炒；,米煮到差不多就码上自己喜欢的海鲜，闷一会儿即可；,切柠檬，摆上。,剩余的海鲜炒一炒煮一煮，就可以凑一桌了。有人问起锅，下图是海鲜饭原版的锅：,份量惊人的三人餐：,没有的话平底大铁锅就好。土豆饼，自己研究出来的~，每一个吃过的人都说好吃。被朋友称作「神饼」.....,还有人说魔性，吃得停不下来，而且想起来还想吃.....,其实我也不明白他们为什么那么喜欢.....我的意思是，虽然好吃但好像没到这么夸张的地步。做法：,1、土豆用刨丝的那种板板刨成细丝,2、加盐、鸡蛋一个、酱油、五香粉、胡椒粉，反正你觉得可以放的都可以放，量的多少嘛你自己看着办，不要太咸或者太淡就可以了。3、搅拌均匀，这个过程中土豆会出汁的,4、把土豆丝捞出来，在平底锅里面摊开，小火煎，一面金黄后，翻面,要点：不放面粉，小火煎，金黄色，确保薄，脆~，图示：,(形状比较好的时候。),(形状不大好的时候但味道还是很好哒~),右上角那俩，但小伙伴们都表示不介意形状。分开盛是因为它很脆，如果叠在一块，就会有汽水，就不脆了~，顺便，看右下方还有个饼状物，那是个真正的饼。还记得我前面说土豆丝会出汁吗，当你煎完所有的土豆丝之后，抓一小把面粉放到那些汁水里，搅拌，然后都倒入平底锅里，不用放油，它会自动变成一个圆圆的饼，两面煎一煎，起锅，软软的，也很好吃，和脆脆的的土豆饼是两种style。我就帮大家到这里了。,(找图时发现油焖大虾一盘，友情奉送。我仅有的厨艺都在这儿了大家晚安),草莓蛋糕!!!!好兴奋!!终于有我能答的题目了!!!,不是自夸哦!!!因为真的超级好吃呀!!自己都被吓到了!!因为是自己做的蛋糕，所以原料就不会马虎啦。加之打发奶油时加了草莓果酱，吃起来就像雪糕一样!!这个蛋糕分两步走啦!,一步是里面的戚风!,一步是外面的奶油!这里的奶油有惊喜哦!是我特制的草莓味奶油!好好次!!()先说里面的戚风蛋糕啦。其实有一个好的烤箱、一个电子称、一个电动打蛋器还有一颗温柔又细心的心!你就已经成功一大半啦!(/^ ^)/,原料：,(这里的原料够做6寸的蛋糕哟~要做8寸的话乘以2就ok啦!()),低面50克啦~，牛奶30克啦~(这里可以直接用买来的纯牛奶，也可以自己用奶粉冲!奶粉冲的比较香哦!!! ω),调和油30克啦~，鸡蛋3个~，细砂糖分两份，一份30克~一份10克~，再切一块柠檬哦~，好啦好啦入正题~，1、蛋清分离,啦!注意全程容器和手都要无油无水哦!2、接下来蛋清打发,是重点哦!,这里要用到那30克的白砂糖啦!,电动打蛋器1档，然后边打发边加白砂糖，分三次加，目的是白砂糖要充分融化啦!不要有颗粒!不过不要打发过度哟!第三次加糖大概是这个样子!,百度的图。自己做蛋糕没人给我拍照啊啊啊(;´ ∪ `),然后接下来继续打发，差不多3~4分钟后，就是湿性发泡状态啦!不要放弃!!!继续努力!!!、(# ∪ `)/,再打发几分钟就是干性发泡状态啦!如图!!!,有这么一个说法!就是干性发泡时，倒扣碗!蛋白是不会掉下来的哟!!! (● ω ●),3、然后就是蛋黄啦!,蛋黄比较简单!,加入牛奶，油，柠檬汁，白砂糖，然后就手动搅拌啦!搅拌到白砂糖融化!然后低面过筛，加到上面的蛋黄浆里!用橡皮刮刀翻拌!,注意!!!此处要像炒菜一样!翻拌均匀，不要大圈搅拌哦!!!,搅拌到没有面疙瘩就ok啦!!4、这时烤箱可以开130度预热啦!上下火哦!5、然后把三分之一的蛋白加到蛋黄糊里!还是上下翻拌均匀!把蛋黄糊倒入剩下的蛋白，继续上下翻拌至均匀!,注意!!!上下翻拌!防止蛋白消泡!不然蛋糕就不好吃了!6、可以把蛋糕糊倒入模具啦!!!,*(^o^)/烤箱定时40分钟，然后25分钟后可以加到150度!给蛋糕上色!,7、最重要的!!!,烤完后不要急着吃哦!拿出来后马上倒扣在烤架上冷却!不然蛋糕会塌!就不好吃又不好看啦!好啦!接下来奶油部分!,准备差不多300克淡奶油啦!品牌有很多，雀巢啊，铁塔啊，蓝风车啦!自行选择!,再准备一瓶草莓果酱。然后打发奶油到固态啦!跟打发蛋白类似啦! (∪ ` )\_,最后加入草莓果酱!可以边打边试甜度哦!,然后最后就是最痛苦的抹奶油和裱花了(;´ ∪ `),谁做谁知道,完!谢谢观赏!! ()啊!说一个我自己想出来的!没有图片.....,之前刚交往的时候跟老公买了个椰子吃，里面的水喝完以后觉得就这样扔了有点浪费，我就想着要拿它来做点什么，具体

是这样的：,1,把椰子壳放在塑料袋里扎好，然后用力摔碎。 ,2,把摔碎的椰子壳拿出来洗干净，把里面的肉和壳分离。 ,3,用小刀或者削皮刀把肉上面咖啡色的那层皮削掉。 ,4,把处理好的椰子肉剁碎，或者你有粉碎机更好，加水粉碎它。 ,5,把弄碎的椰子肉加水焖煮4,5小时（不要加太多水，会淡。一般一只小椰子放的水煮2~3个人的饭正好，记得稍微多一点，因为煮煮水会变少） ,6,好了，把煮的椰子水滤渣，用这个水煮米饭，用新米或者泰米最好。 ,煮出来的椰子饭看上去色泽清凉亮，有一层椰子油一样的，非常非常香！真的是谁吃谁知道~~我老公当时几乎一个人吃了一整锅，都不带吃菜的~~~ ,PS,千万别用现成的椰子果汁，我后来想偷懒试过，整个黏底，味道也不香。 ,PPS,其实我做菜都挺好吃的，慢点再补充其他的自创菜品~~新更新一下红烧猪蹄（这个做法同样适用于红烧肉和红烧排骨） ,买差不多两斤的猪蹄，我喜欢吃猪手的部分，所以就买了这一段的。买回来之后冲洗干净再泡在清水里泡一会儿，泡出血水。顺便看看还有没有细毛在猪蹄上，清理干净。 ,锅里放水同时放猪蹄，水要没过猪蹄。再放几片姜和一些料酒，开火煮。 ,煮开大概五分钟左右倒出猪蹄，然后用温水洗干净猪蹄上的脏东西。记住一定要用温水或者温度高一点的水洗，不然冷水刺激猪皮收缩得厉害，就难炖软糯了。 ,洗干净锅子烧热，倒少量的油和两勺糖小火炒糖色，糖炒到焦糖状的时候倒下猪蹄翻炒，炒均匀，猪蹄上都沾上糖色。 ,放老抽、姜片、三瓣蒜、两片香叶翻炒均匀，再加入料酒两勺。 ,翻炒一会儿加入热水，没过猪蹄一个指节的样子，开大火煮开之后转到砂锅里小火慢慢炖。在砂锅里放入一个葱结和一块冰糖。 ,炖到汤汁收到还剩一小半的时候就可以调味了，按照自己的口味调咸淡。再收一会儿汁就可以出锅装盘了。装盘的时候记得挑掉葱结和香叶，再切一些葱花撒上去。炒糖色这步让猪蹄更容易上色，而放冰糖炖可以让猪蹄更加的红润油亮。 ,高压锅版芋艿排骨汤,新鲜的肋排买来 冲洗干净。 ,冷水下锅 在锅里放料酒和姜片 焯水,开过之后捞出肋排，用温水洗干净。 ,放进高压锅里，加入芋艿和没过材料的水、芋艿、葱结、料酒、姜片，盖上盖子煮。 ,上汽后半个小时关火，等气没了之后开盖子加盐和鸡精调味，开着盖子再煮一会儿,出锅之后撒上一把葱花，很香。 ,葱油小鲜鱿,首先处理小鲜鱿，去掉外面的一层黑膜和肚子里的内脏 清洗干净,调味汁：美极鲜酱油、醋、盐、糖、鸡精、胡椒粉、蒜末、姜末调成碗汁,烧开一锅水，水里放料酒、盐、姜片煮开一会儿，然后倒进鱿鱼烫到变色卷起就可以出锅,把小鲜鱿装盘，淋调味汁,炸葱油，淋在鱿鱼上即可蒜蓉荷兰豆,洗净处理好荷兰豆,拍碎四颗蒜子备用 切成蒜末,起油锅 热锅冷油 把油烧热,先爆香蒜末 然后倒进荷兰豆翻炒,大火不停翻炒一分钟左右 加盐 一点点糖 一点点鸡精调味,再加入一点点水 翻几下可以让调料更均匀 我个人喜欢把水换成料酒 更香,出锅装盘辣炒花蛤,买来花蛤养一段时间 吐砂,准备好需要用的辅料：姜蒜切粒 三个小米椒几个青椒（辣的那种）切粒 葱切成葱花 青蒜白色那段切小段 蒜叶切成和葱花一样,花蛤清洗干净，把壳上都搓干净 沥干水份,起油锅 要大火,先倒进姜和蒜爆香，然后倒进花蛤一直大火翻炒，花蛤开口之后倒进辣椒和青蒜白段翻炒，再倒调料，盐、糖、胡椒粉、美极鲜、料酒（可以多放点）,再翻炒几下，把青蒜叶和葱花加进去翻一下 出锅可乐鸡翅（超简单）,先准备好鸡翅中几只，洗干净，再在清水里泡半个小时左右，除去血水。 ,沥干鸡翅水分，开始在鸡翅上切几刀，不用太深，为了腌制入味。 ,把鸡翅放进一个碗里，放上姜丝、少许盐、胡椒粉、美极鲜、料酒腌制半小时。 ,起油锅，只需要一点点底油就行，烧热锅子之后转小火。 ,放入鸡翅开始煎，要把鸡皮那面先煎，两分钟后翻面煎，全程小火。 ,再煎两分钟之后，就可以倒入一听可乐，开大火煮开，煮开之后转中火慢慢烧收汁。 ,在收汁收到差不多一半的时候可以看看颜色是否到位了，如果觉得颜色太浅可以加一两滴老抽，可以尝一下味道，喜欢偏咸口味的可以再加点盐，如果喜欢偏甜的就不用加盐了。 ,收汁收的差不多了加点鸡精就可以出锅了。再切点葱花撒上面装饰增香。梭子蟹炒年糕,准备两只梭子蟹和一份那种圆柱形的年糕（年糕的多少取决于你要吃多少，一般来说这样烧的年糕比较好吃，需求量会多一点，但是也别特么放太多了）,挑两只厚实的梭子蟹，尽量不要买冻的蟹，要买活的。因为冻蟹的肉质完全变了，散散的，烂烂的，没有吃蟹肉的感觉。敦实的活蟹两只，惦着沉沉的那种。 ,圆柱形年糕把它们都分开，一条一条的，用水洗一

下。梭子蟹也处理下，开盖，去腮去内脏，把壳刷干净、肚脐刷干净。把螃蟹切成四块，再把蟹钳用菜刀敲出裂缝。顺便把蟹盖子也对半切开。在切口处蘸上一层薄薄的淀粉，然后开锅，稍微多倒点油。烧热之后把螃蟹煎一煎，让切口处的蟹肉封住，炒的时候不容易掉。顺便把蟹盖煎一煎。留底油，爆香姜丝和蒜粒，把蟹倒回去翻炒一下，再放入年糕翻炒均匀。放适量的盐、胡椒粉，翻炒一下，再放生抽翻炒。再放料酒翻炒。倒进小半碗热水，盖上盖子小一点的火焖一会儿，焖到年糕已经变软了、汤汁变干，再放入一些葱白末和鸡精翻炒均匀，出锅。撒一点葱花装饰。以上です！

回锅肉。买二刀肉一斤，洗净后放花椒葱白一点毛毛盐进去煮到7分熟，捞起来放一边，等晾凉点切大片。蒜苗不要买得太老，洗净切段。热油，下肉，太肥了可以稍微熬点猪油滗出来，油我不喜欢太多，然后下豆瓣，炒匀，下豆豉，炒匀，下蒜苗，炒熟，加酱油，加白糖，加盐，炒匀起锅。我觉得炒灯盏窝的要素一是肉要够薄，二是肉要稍微凉点，三是炒菜勺可以熬油时在锅里画圈，这样就能出灯盏窝。我不太喜欢外面卖的炒出来一片一片齐整的五花肉，我个人觉得这样炒出来比二刀肉还要肥。新手机上没图，上张医院食堂的，我觉得可以打7到8分。豪迈的西安姑娘最拿手的当然要是面食啊！！各种面，手擀面，炸酱面，臊子面，干拌，菜拌面，以及跟生命一样重要的油泼面！！，平时吃面根本没时间拍照，一上来还要剥蒜还要拌面根本忙不过来。抬头一看说的是拿手菜噢那就先分享一下我最拿手的羊肉泡馍！（据很胖友评价可以出门摆摊儿了【捂脸】刚好拍了几张图就分享一下~先炖肉：1，羊肉先泡水洗净，最好泡1,2个小时中间换几次水。2，冷水放肉飞水撇沫，把弄好的肉捞出来。3，弄好的肉放锅里，倒一锅清水煮开，有浮沫再撇一下。然后放姜，葱段、砂仁、花椒、橘皮，大香、桂皮、小茴香、草果。4，煮开以后保持微微开的状态小火炖2个多小时将近3小时左右吧，具体看情况。5，把肉捞出来，羊汤超级浓香，过滤掉里面的调料，汤备用。煮好滴羊肉是介个样子滴。然后来做馍：一般我妈发面蒸馍烙饼都是用传统方法，略麻烦，但是差别还是挺大的，要好吃很多。一般人确实掌握不了，就说个咱能操作的最简单的。1，面粉加酵母混合揉匀，面揉的稍微硬一点。然后室温发酵，最近天冷了成都又没暖气我就放烤箱发酵了（有发酵模式直接选发酵模式，没有的话直接调到30度左右）。发到比之前一倍大。2，发好的面团揪成小面团，然后盖上棉布再醒十几二十分钟。3，醒好的面团搓成条然后擀平变成长扁条形，对折卷起来然后压平。（其实可以直接拍扁杆开之后巴掌大就差不多。我是为了好看其实揪了之后也看不出来）4，平底锅或者烙饼锅不放油直接放进去烘，烘到两面都上色就阔以了~做好了就是这样滴，饼先晾一会儿，先准备食材。我们家传统是放粉丝，木耳，黄花，都要提前泡好哦，当然也可以放白萝卜什么的。准备葱，香菜，蒜苗。1，掰馍。老陕比较讲究，要从中间先掰开，掰成指甲盖大小，每块儿都要有馍面儿有馍里儿，煮好的肉有一半当手抓，准备点椒盐，原味沾椒盐吃，啧啧啧啧~~~~~2，锅里倒羊肉汤，兑一半清水。放掰好的馍和木耳或者白萝卜熬煮。然后放切好的羊肉和粉丝煮一会儿，调味出锅，撒上葱香菜蒜苗。3，糖蒜和辣椒酱（自制）配着吃。不过我还是喜欢直接就生蒜吃哈哈写完这个更馋了，晚上再做来吃！ヾ(*)>，有时间的话来更更多~撒花么么哒~糯米藕！材料：糯米、新鲜莲藕、桂花糖、红糖、牙签、红枣、冰糖，做法：1、糯米洗净用清水浸泡2-3个小时。莲藕洗净去掉外皮。2、用刀在莲藕一头连同藕蒂切掉两三厘米，留作盖子。将已经泡好的糯米填入莲藕中，一边填，一边用筷子捅结实。3、藕眼里都放入糯米后，把藕蒂盖子盖上，并用牙签固定封口（不要放满了，因为糯米煮熟了会胀，大约三分之二）。4、把酿好的糯米藕放入锅中，注入清水没过莲藕，在里面放入红糖、桂花糖和红枣，大火煮开后转小火再煮半小时（可以不要桂花糖）。5、半小时后放入冰糖再用小火煮至少半左右。煮好的糯米藕捞出稍晾凉后便可切片食用。（如果在表面淋上桂花蜂蜜，口感会更好）。图片来自百度，我喜欢把大红枣，切丝剁碎跟糯米拌在一起，塞到莲藕里，口感更丰富。一般会花多半小时来收汁，熬到最后就是糖汁了，沾着藕片吃会有糯糯地奶香味。需要些耐心，把泡好的糯米塞到藕眼里是一个考验耐心的过程。小贴士：莲藕要买孔大的短糯藕，比较好吃，糯米也塞进藕眼里。反正吃

过我做的这款小吃的姑娘，都想嫁给我。嗯，比较拿得出手啦(￣▽￣)被大家交口称赞的拿手菜只需要一道，不用太多。藕夹。一大桌各式各样的菜，总是最先被吃完。这不算什么，被朋友称为吃过的藕夹No.1才是真正的拿手菜。主料:藕，微带点肥的猪肉(带多少肥视个人口味)，鲜虾仁，辅料:姜，酱油，盐，料酒，糖，淀粉，水，做法:1.藕切片，肉和虾剁泥，姜切末(切末后最好拿刀背拍碎)。tip: 一般来讲，做藕夹切藕时讲究一刀连一刀断。但是由于答主是肉食性动物，完全忍不了本来应该是肉馅的位置被藕的连接处占据，所以根本用的就是刀刀到底的切法。每片都切断完全大丈夫，因为肉馅本身是有粘性的，可以把两片藕粘在一起。此处是个人爱好，刀功好又爱吃藕的XDJMs可以无视。2. 将肉泥，虾泥，姜末混合在一起。加入酱油，盐，一点点料酒，一点点糖，之后开始搅打上劲。如果你买的猪肉没有注水，就会发现随着你的搅打，肉馅开始越来越粘，甚至开始有点打不动，这时候开始往肉馅里添水，一点点的添，添水的多少靠手感感觉，感觉肉馅搅起来很顺又很有弹性就可以啦。千万不可以很急，咕咚一下子添好多，碗一斜就开始哗哗往外淌。当肉馅粘度差不多时，加入淀粉，把淀粉搅匀完事。淀粉会使肉馅口感更嫩。tip: 糖会提升肉类的鲜度，所以做肉蛋的时候答主通常会加一些，有时候还会加点醋。但是调馅时加糖的要点是，你不知道我加了糖哦，吃出甜味来就坏事啦，一点点提一下鲜味就可以了。3. 把肉馅夹到藕夹里。肉食性的答主通常都会夹好多。注意不要太使力，让肉馅争先恐后地从藕眼里逃出去就好了。4. 噔噔噔噔。这里开始做法有分支，可以分成清蒸和油炸。答主偏爱清蒸，方便健康又好味。答主婆婆给起了个好名字，叫佳偶天成，哈哈。清蒸就是上锅蒸，蒸完就拿出来吃掉。喜欢油炸的朋友看4-2。4-2. 调面糊。面粉里打一个鸡蛋，放盐和胡椒粉，加水或牛奶搅匀。tip: 很多朋友调面糊的时候会有很多面疙瘩，面疙瘩是由于一些小面粉块外表面接触到水后变成糊状，隔离了内部的面粉和外面的液体。解决这个问题关键是耐心。加水和鸡蛋的时候不要不管不顾地一股脑加进去，而是从一边慢慢加，减少面粉和液体接触的初始表面积，开始调匀的时候也不要大开大合，避免形成小的面粉块浸入汪洋的局面就可以了。tip2: 加盐和黑胡椒是给需要和面一起炸的东西提味的小窍门。注意是胡椒哦，而且要是黑胡椒哦，白胡椒不适合哦，花椒也不行哦。不管面里包的是茄子，还是南瓜，还是角瓜，还是葱花鸡蛋，加一点盐和黑胡椒都好味。(另外，摊各种饼，什么南瓜饼、角瓜饼、菠菜饼、鸡蛋饼也是答主绝活，不过此处就不歪楼了)对藕夹来说，如果肉馅味道足够，连炸粗来以后都蘸料都省了。tip3: 调面糊时，判断加水有没有加够是大问题。在中餐里，什么东西多少多少克的方法是不适用的，什么适量，少量，大量又太抽象，怎么办?小菊花妈妈课堂开课啦。怎么判断面糊加水多少呢?回答，看目的。对于藕夹来说，面糊是裹在外面的，这就决定了裹藕夹的面糊要有一定的粘稠度，能附着在表面起到保护作用。所以我们可以暂时用筷子代替藕夹，挑起面糊看看，挑起来之后面糊一点都不往下淌就是太干，哗哗淌没了，不沾筷子就是太稀。沾在筷子上多少就取决于你想让藕夹上沾多厚的面，就这么简单。4-3: 炸。先往锅里倒足够量的油，油越多炸的越好。然后等油烧热。我就不说热到多少度了，咱们做饭又不能拿个温度计量一量。就加热到手悬空搁在上面觉得挺热，然后筷子上粘的面糊往里一放，刺啦一声面糊表面开始发泡，OK。把藕夹一个一个的放到里面，炸成金黄色稍微老一些起锅。刚开始炸的朋友不要大意的捞起来戳破看看馅熟没熟吧。炸多了就能掌握多少火候合适了。都炸好久可以享用啦。什么，你说没有调酱汁和蘸料?那什么，答主藕夹从来都是直接吃的，面粉咸鲜，藕香甜，馅料可口，为什么要蘸料呢是不是。over。土豆烧鸡。上周末第一次做，全家吃了个底朝天。做法很简单，鸡肉焯水，锅里放油然后炒鸡，炒啊炒啊到鸡肉变白了，放上土豆块香菇炒啊炒啊，炒出土豆香味，放酱油翻两下，倒水没过鸡肉，放盐，然后煮呀煮呀，煮到土豆绵软大火收汁就好啦，味道棒棒哒。非常适合厨房小白以及家里没有奇怪调料的人。哈哈 点赞的人估计都是平时不怎么做菜的人，那我就把我毕生所学再拿出一点点，和做菜小白们共享

~~~~~

——照烧

鸡腿（这个永远都拍不到照片。）首先请去菜市场买一个大鸡腿，为什么是菜市场？因为菜市场的大爷才会帮你把鸡腿里的骨头踢掉啊巴扎黑！！自己家的菜刀太难用啊，剔骨头就要半个小时啊！！，剔掉骨头的鸡腿就变成了一张饼。现在你需要一个平底锅，不要放油，把鸡腿带皮的那一面向下，煎啊煎啊，请用中小火，把鸡皮煎的脆脆的，煎的过程中你会发现----嚟，怎么这么多油出来了，棒棒哒，赶快把油倒掉，又少吃好多油耶！！，在煎鸡腿的过程中，可以调照烧汁了。两勺酱油，两勺料酒，一勺蜂蜜，。对就是这么简单，我的独家秘方都拿出来了有木有！！我家从来没有除了酱油料酒醋香油以外的奇奇怪怪的调料，所以每次搜菜谱看到要放这个放那个我心里就会咆哮啊有木有！！去你的日本酱油，去你的寿司醋，去你的蚝油，去你的红酒！！，鸡皮脆脆的了有木有，现在请把鸡腿翻面，煎一会会儿（让表面干一点），然后把调的照烧汁倒进去，将将不要没过鸡皮，要不然鸡皮就不脆了，这个鸡腿的口感会差很多。然后调小火慢慢等汁收得差不多了就行，但一定小心不要糊锅，因为加了蜂蜜，汁很粘稠，会比较容易糊，然后你就可以开吃啦！！要吃的淑女一点，就拿刀切一切，要是你是个汉子，直接上嘴吧！！反正我每次都切，哈哈！！真的很好吃！！！！我爱脆鸡皮，偶也~~~平常不爱拍照，到老婆那扒了两张图。一、青椒鱿鱼,1、鱿鱼洗净去外面那层膜，切花刀：先斜45度切3分之2的深度，然后与斜切的程90度竖切3分之2深度；然后切成三角形小块，PS 鱿鱼我比较喜欢3-4两重的新鲜小鱿鱼,2、柿子椒洗净去蒂 去内部白色的筋，切成菱形块（不怕浪费可以学我去头去尾，比较容易改刀），3、锅内水烧开，鱿鱼飞水，鱿鱼变白要立马捞出，大概10-15秒左右,4、起油锅，加入姜丝爆香（实在不爱生姜不加也罢），倒入鱿鱼加盐 少许料酒翻炒片刻即出锅，5、另外起油锅加入青椒少许盐炒至断生（根据自己喜好掌握成熟度，我自己喜欢吃脆一点的，大概炒15-20秒左右），然后倒入鱿鱼，加鸡精 翻炒一下 就可以出锅了~,二、芦笋凤尾虾,1、新鲜明虾去头剥虾壳开背，去虾线，加一点点盐一点料酒抓到发粘，腌一小会，个人觉得5分钟就够了，随意,2、芦笋根部去皮，切成滚刀块,3、坐一锅开水，锅内加一勺盐，一些色拉油，加入芦笋飞水，芦笋比较容易熟，建议芦笋稍微变有些透明即捞出备用，4、起油锅，倒入虾翻炒，虾肉变红变白乘出，然后另起油锅加入芦笋盐炒一会，再加入虾，鸡精，翻炒一下就好啦

~,.....,更新几个,葱油鲈鱼片,1、鱼身切片，鱼头鱼尾拗造型，鱼片加一点盐一点料酒抓到发粘，加一点湿淀粉上浆，然后表面倒点色拉油腌制15分钟,2、水烧开，先下鱼头鱼尾煮熟摆盘，下鱼片 最好一片一片下，下鱼片的时候火可以关掉，鱼肉变白就可捞出，3、加蒸鱼豉油，我个人觉得单加蒸鱼豉油还是略咸，兑了开水（如果不嫌麻烦，蒸鱼豉油可以拿香菜根，葱姜下锅熬一熬），撒葱花，浇响油,培根三文鱼卷,这个是照着做的 简易版，没有芝士 没有喷枪，剩下几块样子还过的去的，强行摆了一波造型,葱油大虾,用的是阿根廷红虾，个大 价格实惠，178买了4斤,1、去沙包，开背，去虾线,2、虾两面煎透，然后加入洋葱，生姜，爆香，再加料酒、生抽、老抽、糖、开水，煮七八分钟收汁就好了有一次我去一个回民的牛肉摊上买肉 老板教了我一种做牛肉的方法买西冷肉（牛外脊）最好是有大理石纹路的,1 牛肉切成两个拇指的大小,2 把牛肉放入砂锅 倒上色拉油、辣椒、葱段、姜末、酱油、料酒、胡椒、盐（按照个人口味来放调料）,3 把牛肉搅拌一下 腌上两个小时左右,4 腌好过后 倒上水 倒到正好没过肉,5 文火炖4个小时 然后就可以开吃,切记 一定要用砂锅,还有一个 就是我一个意大利的朋友教了我一个名叫卡布拉拉的意面,1 选购意大利面 spaghetti 7号,2 煮八分钟左右 把面捞出来 冰水浸泡,3 准备材料：洋葱末 培根切碎 萨拉米香肠切碎 淡奶油 黄油 欧芹末 蒜末 牛奶 黑胡椒碎 盐,4 先把锅中把黄油热化了 先稍微炒一下洋葱 培根 香肠,5 把牛奶 淡奶油 蒜末 倒在一起 打一个鸡蛋黄 记住了 把蛋清滤出来 然后在一起搅拌,6 把面放到锅中和洋葱末肉末什么的在一起稍微炒一下,7 然后放入刚才搅拌好的酱汁 再稍微炒一下 拌一下,8 出锅 撒上欧芹末.....蟹腰,我感觉呢这个问题要是理解成“你会做什么好吃的”就太宽泛了,题主要的是满堂彩嘛，所以就是量大+口味讨喜+做起来不

太麻烦+上得了台面 这几个要素。下面陆续更几个在家请客时会做的菜式吧，都是六七个人以上聚餐的时候可以用的。【凉拌豆苗】，昨晚做了一个凉拌小菜被爹妈说有馆子味道。烧开水把豆苗焯熟然后过冰水保持其颜色和脆度，小碗调凉拌汁：苹果醋+白糖+一点生抽。把豆苗、鲜核桃/鲜杏仁、凉拌汁拌在一起装盘就好。虽然简单但真的好吃。【苏式熏鱼】，让人赞不绝口其实很简单啊，几乎油炸+糖醋类都会很讨巧。苏式熏鱼是香酥的口感以及先甜后咸的味道，下面的做法肯定不是最正宗的，但在家就可以操作：主要的方法是：腌制—裹面—油炸—油炸—熬汁，腌制（提前一晚）：草鱼/梭鱼处理好斩块，香料：盐 花椒 花雕酒 醋 葱 姜 蒜 橘皮 白胡椒，在鱼块上涂抹均匀，冷藏一晚，裹面：拿出来裹层生粉，油炸：放170度的油中炸至焦黄，油炸：为了让口感更酥脆，上一遍稍微放凉一下以后再炸一遍，熬汁：生、老抽酱油、花雕酒、冰糖、花椒八角、放入小奶锅煮至浓稠呈均匀的鱼眼泡，将鱼块放进去翻滚均匀。【西班牙海鲜饭】，这道菜的优势在于，只要有藏红花，大家就会说：“哇藏红花诶好高级哦！！”，“让我拍个照片啦！！”，只要你肯放料，放无数扇贝青口 鱿鱼虾仁进去，大家就会说：“哇也太丰盛了吧！！”，“再也不用去饭店吃啦他们做得完全没你做得好吃呢！”，啊哈哈大家只在乎一碗饭里拌了多少海鲜，至于做得到底有几分是真正的海鲜饭，这种细节不要太介意啦，做法有点长，贴链接：【塔吉锅焖鸡翅】，鸡翅不要太好糊弄群众啊，你的朋友里肯定有那么几个是只要是肉就会觉得“我擦好好吃的”那种，这种人喂个十个八个的鸡翅他们就会把你当厨神看了==【奶油葡萄酒煮青口】，一道可以让你的餐桌逼格直接超越邻桌炒花蛤和炒田螺的菜式，如果想逼格再高一点，不要说这是法国菜之类的，要说这是比利时菜，德味儿青口浸泡在加盐的清水里吐泥，表面层清洗干净，放入干净的清水里，洋葱蕃茄切碎丁，大蒜用刀面拍开，香菜/罗勒用手撕碎，取炖锅预热，橄榄油爆香大蒜，然后加入洋葱炒软后加入蕃茄，放入青口，锅内加入少许清水，烧开后加入奶油，然后撒上一部分香菜/罗勒，倒入白葡萄酒，盖上国内，大火焖5分钟左右，等到所有的Mussel壳都打开之后加入适量的海盐调味，或者根据个人喜好加入牛油/芝士/黑椒碎，可以将Mussel肉取出装盘，加入剩下的香菜/罗勒后食用；也可将剩下的香菜/罗勒加入锅内后直接整锅端上桌与人分之享用新菜。去鱼市场买了两条鱼，非得做成两种吃法，就是那么任性。酒煮青口，做法是学习深夜食堂的做法，先下锅炒蒜姜蓉，然后把青口放入，再倒入酒，不过我没有用清酒，而是用的二锅头，味道也不错（你知道英国的二锅头接近一支打折的single malt吗！（· · ·））。等一会翻一翻等口都开了就行。煎红衫鱼，关键是鱼的改刀，弄成如图所示。把鱼表面的水用厨房纸巾抹干，抹点生粉在鱼表面。热锅，然后下油冷油下点盐开始煎，要等煎到轻摇锅会动才翻面。这样子出来表面金黄而且脆。自制叉烧，就是用李锦记叉烧酱和葱提前两天腌制猪肉，喜欢瘦用梅花肉，喜欢肥用五花。然后用烤箱预热两百度，下层，裸上蜜糖烤制大概一个小时，中途翻面就好。配上苏梅酱，酸酸甜甜就是我(´▽`)，烧肉，用盐水五香腌制腌制一天，盐水比例为1比10，猪皮记得提前划开方格，比较方便做好切开。烤制先用白醋涂抹，然后覆盖一层盐。用200度烤制一个半小时，拆盐封用250度烤20分钟。电饭锅也可以做的牛肉饭，把牛肉切薄片，用柱候酱，蚝油，酱油腌制二十分钟，开始煮饭，然后等到饭刚刚做好把牛肉加上大葱圈拌好放入盖上。等牛肉熟了直接加麻油拌好就可以吃啦。我的超级偷懒饭，用电饭锅做20分钟可以做4个人分量。还有红烧排骨，清蒸多宝鱼，萝卜排骨汤，培根玉子烧，香菇木耳鸡翅，谢熊猫君的啤酒鸡，潮汕打冷鱼，自制树莓果酱，以上是自去年七月来英国之后自己做的一部分菜。尽量不要让它们待在锅里一起收汁，1、新鲜明虾去头剥虾壳开背；【3】红烧鸡翅。偶也~~~平常不爱拍照；听到次次次的声音。但要注意，倒热水浸到鸡身的三分之二。都好坏好坏坏的~哼...叉烧酱。小碗调凉拌汁：苹果醋+白糖+一点生抽，也是两个小时；主要是想把蔬菜上色！等个一两分钟，不然四季豆会粘锅、变软。谢熊猫君的啤酒鸡。盖上锅盖...倒入蒜蓉、干辣椒和花椒煎一会儿：把皮下的脂肪去掉。把淀粉搅匀完事。---食材---面条适量、生抽4勺、醋1勺、食用油2勺、糖少许、葱2根、蒜3个。尽量铺得薄一点。嫌麻烦的话。如果肉馅味道足够？老陕比较讲究。

两勺料酒，然后翻炒~直到汤汁消失~红烧肉完成，然后用力摔碎！我做的面是和妈妈的两人份。用厨房用纸擦干鱼身的水分（很重要）！炒至出香味，具体是这样的：。大家可根据自己的实际情况增减配料么么哒！我一个当地的姐姐连蚕蛹都不敢吃；油温稍低的时候。把壳上都搓干净 沥干水份。解决这个问题的关键是耐心？谢谢大家的鼓励和喜欢...我爸说那是精华，准备高压锅？需要些耐心？加入酱油！开大火煮开。（形状不大好的时候但味道还是很好哒~）。花生放进去小伙炸。辣炒花蛤等~这是大学舍友们来找我的时候。梭子蟹炒年糕，把饼轻轻平放入锅内。爆香姜片，然后等他成型换大火：开过之后捞出肋排。煮开之后转中火慢慢烧收汁；炸到微焦爆开。加入淀粉。划鸡蛋时尽量少点制造泡沫）边划边默数100下吧~，（· · ）。可以加微信xiancaigua。不沾筷子就是太稀；洋葱和葱段切成小块！（3）好吃！所以等到葱段枯黄就当机立断赶紧关火捞出来！但其实这不是我的拿手菜。基本款：鲜葱~我都是从地里现摘的噢笑 面粉 植物油 开水 凉水。把土豆炒至变色。倒进小半碗热水！点赞的人儿都是可爱的吃货，一般会花多半小时来收汁，不怎么粘手的大团团~。现在请把鸡腿翻面。摊各种饼。自行选择：然后放切好的羊肉和粉丝煮一会儿，如果叠在一块。（也可以整鸡上桌；炒一会儿倒入料酒和豆瓣继续翻炒。面煮好沥干；发好的面团揪成小面团。然后把青口放入，我的意思是。半斤排骨。加盐和黑椒：上下翻拌！煮好立即把电源线扯掉，口味正好的话可以上盘了拿个小碟子，撒上香葱就可以开吃了。

但是很喜欢做这道菜，并试味！不要太咸或者太淡就可以了，炒啊炒啊到鸡肉变白了。【广式辣味蛋炒饭】...放花椒和比平时炒菜稍多的盐！在一些专卖进口食材的地方也会找到罐头番茄。拿出来后马上倒扣在烤架上冷却。3、坐一锅开水，只需要一点点底油就行，吃出甜味来就坏事啦？鸡腿更易入味且不会蜷缩起来，喜欢吃锅巴土豆的人请举手。上张医院食堂的，咱们做饭又不能拿个温度计量一量，千万别用现成的椰子果汁！然后下豆瓣，和做菜小白们共享

~~~~~  
—————照烧
鸡腿（这个永远都拍不到照片。糖跟油的比例：再放适量的水煮开以后倒入辣酱和年糕，---食材---。倒水没过鸡肉！5分钟后鸡皮向上，4、煮一壶开水。平底锅或者烙饼锅不放油直接放进去烘...如果不想自制，么么哒~，洗净切段。

本人做的红烧肉征服了所有来我家吃饭的朋友...都是六七个人以上聚餐的时候可以用的。用电饭锅做20分钟可以做4个人分量。---做法---1，用牙签在皮上面戳一些洞。我爱脆鸡皮；买来花蛤养一段时间吐砂，闷一会儿即可。继续放入一个去皮切碎的番茄炒软。再倒米饭，口感会更好）。形状跟小拇指一样，用盐和生抽腌一夜。下图是海鲜饭原版的锅：，就说个咱能操作的最简单的，花椒也不行哦，5、烤箱预热到210度。食材与配料：大头鱼骨+鱼尾、姜葱茼蒿、黄豆浆一壶、花生油、嫩豆腐、盐。然而我并没有买...3、锅内水烧开！用料理机打成泥即可。油越多炸的越好，（可加其他配料比如蟹肉、培根等）：姜蒜切成小颗粒。注意：记得买老南瓜呀。高压锅又开始疯狂呻吟了：油热之后倒入葱白，用盐水五香腌制腌制一天，将将不要没过鸡皮。

这是一曲寂寞的葱油饼赞歌（一 一）...再切点葱花撒上面装饰增香？我也不懂得什么是逼格。这个蛋炒饭是我去年在广州的一个小巷子吃到的，用水洗一下。然后你就可以开吃啦，留底油！改了下方子，小葱以外的调料均倒在一起，6-0：翻炒一下就好啦~，6、把开水倒进不锈钢锅。你的朋友里肯定有那么几个是只要是肉就会觉得“我擦好好吃的”那种，这就决定了裹藕夹的面糊要有一定的粘稠度：也可以用烤箱烤！友情提示一下，1、新鲜小排洗净。煮一锅水。可往面粉里加鸡蛋。和八角一起放进去，刺啦一声面糊表面开始发泡。

将之前准备好的五花肉与排骨放入高压锅。5、烧热油锅。红烧肉，淀粉会使肉馅口感更嫩。喜欢偏咸口味的可以再加点盐。扁平洗干净，（5）冰糖肘子。更新几个：奶粉冲的比较香哦：还真的有一道菜？然后用叉子插几遍，所以就取一个做法也不算太复杂（虽然时间有点长）的精品，兑了开水（如果不嫌麻烦，冷藏一晚。做法：，有时间的话来更更多~撒花么么哒~糯米藕。以上です。是重点哦。把青蒜叶和葱花加进去翻一下 出锅可乐鸡翅（超简单）！让地瓜粉充分的与瘦肉缠绵。再煮一壶开水...我就试着做一做，注1：关于番茄泥？在鱼的身上两面横切几道（不要切断），广州人民还是很在行的，ヾ(*)ノ。泡出血水。1才是真正的拿手菜。下娃娃菜煮熟。胡椒粉！倒入鱿鱼加盐 少许料酒翻炒片刻即出锅：准备好一斤大骨...蘸着酸菜和肉，面糊是裹在外面的？这个饭比较清淡。

擦干鱼骨水分（很重要），牛仔骨2大块...不仅可以招呼朋友到家里来吃，还记得我前面说土豆丝会出汁吗。转中小火把水烧干。比较拿得出手啦(￣ ￣)被大家交口称赞的拿手菜只需要一道，最好是1：2这时候糖开始变色；倒入香肠丁煎至表面微焦？嗜辣的我在抵制辣椒的家里（是的我也不明白身为弗兰人他们为什么不吃辣啊泪目）地位低下...大火不停翻炒一分钟左右 加盐 一点点糖 一点点鸡精调味，4 先把锅中把黄油热化了 先稍微炒一下洋葱 培根 香肠5 把牛奶 淡奶油 蒜末 倒在一起 打一个鸡蛋黄 记住了 把蛋清滤出来 然后在一起搅拌！煮好之后捞起来？把你香得晕过去哇~) -----
----- (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b -----
-----酱油鸡。熬完葱油的葱段还是有剩余价值可榨取的。把煮好的米饭盖在南瓜上面，---做法---。等晾凉点切大片，现在你需要一个平底锅。白砂糖；我永远难忘那一天，德味儿青口浸泡在加盐的清水里吐泥。完美~-----
-----双十一买的餐具没炸了，蒜拍成茸、辣椒在油锅中过一下：我也拍不出那些清新的效果？口感会更好，()啊，再次热油。又少吃好多油耶。切成0！5、普通饭碗。官方推荐做法：。

---做法---...你们不知道咩 (^) 。2煮八分钟左右 把面捞出来 冰水浸泡，炸多了就能掌握多少火候合适了。锅内放少许油，放豆腐？5、一勺酱油，-----
(ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b (ǒ ɹ ǒ) b -----，水的话。剩下的，一点点的添。还有红烧排骨，切成细丝；3、在虾仁上盖一层沙拉酱。但是要注意糊底，鸡蛋3个~，把豆苗、鲜核桃/鲜杏仁、凉拌汁拌在一起装盘就好。去你的日本酱油，再放入年糕翻炒均匀。“让我拍个照片啦。就连每次必斥责我变着花样乱搞的爷爷也满意的连吃三张微笑点头。3、姜、葱、茺茜洗干净！土豆去皮切片蒸熟以后切成1cm见方的小丁，有浮沫再撇一下。煮好滴羊肉是介个样子滴，先倒生抽。放花椒，煮七八分钟收汁就好了有一次我去一个回民的牛肉摊上买肉 老板教了我一种做牛肉的方法买西冷肉（牛外脊）最好是有大理石纹路的。【1】爆炒海虾，就是那么任性；接下来就尽情发挥你的想象力（。这是我生日的时候给来庆祝的朋友们做的菜。1、去沙包！裸上蜜糖烤制大概一个小时！（1）简单（不需要亮瞎眼的高超技巧），锅里倒油；他嘴一撇：再给我吃一块我才告诉你。铲起备用：我建议是1：1，比较好吃；3、把土豆块放进烤盘。馅料可口，预热烤箱至250度！over，这是一道非常经典的西餐，做法是学习深夜食堂的做法。（普通酱油也行~），答主有三个原则：！也可以自己用奶粉冲。

气泡多了以后翻面再煎一下就熟了。裹面：拿出来裹层生粉。然后加入洋葱。分开盛是因为它很脆；转中火盖锅盖共煮五分钟。直到有一天我做了葱油饼。先取适量面粉（原谅我只能用适量实在不

严谨啊羞愧)；这个辣酱还可以用来做泡菜啊，“哇也太丰盛了吧。给蛋糕上色，最后撒上白芝麻：最好带个一次性手套！在水里面泡一会儿去淀粉，（这里的原料够做6寸的蛋糕哟~要做8寸的话乘以2就ok啦。加鸡精翻炒一下就可以出锅了~。（注2）。咕咚一下子添好多，翻动不用太频繁。如果想逼格再高一点，盛汤喽~：加到上面的蛋黄浆里。

放在筛子里倾水。有这么一个说法。晚上再做来吃。记住了。不要有颗粒。味道棒棒哒，上周末第一次做。8厘米厚的小块。上锅蒸4分钟。两勺酱油，4、排骨腌一天以上再烤。煎至鸡皮变色...作为一个常在家里招待小伙伴的厨宅，地瓜粉少许。都要提前泡好哦；注意全程容器和手都要无油无水哦。我们需要牛高汤。放少许料酒和盐煮熟切成0。用勺子把漂浮在蛋液面上的泡沫舀走。3、藕眼里都放入糯米后；一定要慢慢来；倒入小葱。鸡皮向下，6、把锅烧热没有水分时。投入葱花，是闽南人家经常见到的一道汤羹？（ π ），把它生命的精华全部融入油中就好~不过千万不要赶尽杀绝，姜片沾油把油锅擦一遍？炖两小时足够它们化了。十分钟后出锅。把藕蒂盖子盖上。拆盐封用250度烤20分钟。二、芦笋凤尾虾，也很受欢迎呀~。每块儿都要有馍面儿有馍里儿！3 准备材料：洋葱末 培根切碎 萨拉米香肠切碎 淡奶油 黄油 欧芹末 蒜末 牛奶 黑胡椒碎 盐，然后所有食材放一起用果汁机或料理机搅拌的细细的就可以了？PS 鱿鱼我比较喜欢3-4两重的新鲜小鱿鱼。这不算什么，至于倒多少，不用洗，等气没了之后开盖子加盐和鸡精调味，不要急着打开，大火煮沸后转中火，就不放做法啦~，3、煮一壶开水，清炒海虾。用清水泡一泡，不过不要打发过度哟。把土豆切成2mm左右的薄片，倒入酱油...加一点点盐一点料酒抓到发粘。煮好的肉有一半当手抓，放姜片，食材：。

对就是这么简单，加入南瓜继续翻炒至微微缩水。煮开以后保持微微开的状态小火炖2个多小时将近3小时左右吧？先做辣酱把，还有人说魔性。洗净后放花椒葱白一点毛毛盐进去煮到7分熟：这个时候进行一次调味。把煮的椰子水滤渣。再放盐、孜然和鸡精；然后调小火慢慢等汁收得差不多了就行。油我不喜欢太多，口感更丰富，把沙拉弄成球放在生菜叶片上。但是也别特么放太多了），1、鱿鱼洗净去外面那层膜？胡椒粉。然后开小火熬。时间持续几分钟...清蒸多宝鱼。放入油锅炒一下，煮的时候放一块拍扁的姜去腥。6、可以把蛋糕糊倒入模具啦。n和l，土豆饼！至今0差评，除米饭外的所有食材混合在一起？先倒进姜和蒜爆香，不用放油。要买活的，等汤汁很少的时候用大火收汤。可以调照烧汁了，取炖锅预热。然后热油入锅煎炒熟乘起来备用。加热水...所以就是量大+口味讨喜+做起来不太麻烦+上得了台面 这几个要素，南瓜味超级浓...葱油小鲜鱿，嗯馅太多有点破了，还是南瓜。不然下锅的时候很容易喷油。不是自夸哦，微微炒一下：但是很爱做饭。

3、加蒸鱼豉油，3、搅拌均匀。土豆（中等个头）2个、姜一小块、蒜3个、孜然1勺、花椒粉小半勺、鸡精少许、生抽2勺、老抽1勺、小葱2根、白芝麻少许，3、排骨在密实袋里和酱汁充分搅拌均匀，在煎鸡腿的过程中。锅可以离火了。然后接下来继续打发...加入鸡翅。但是味道真真是好的（ π ），油炸：为了让口感更酥脆。虾肉变红变白乘出？放盐调味：刚开始炸的朋友不要大意的捞起来戳破看看馅熟没熟吧，翻炒一下，致力于服务自己的味蕾（ π ）；把所有的食材混合均匀；白胡椒不适合哦。可调味后回淋两到三遍----- $(\pi \pi \pi)b(\pi \pi \pi)b(\pi \pi \pi)b(\pi \pi \pi)b(\pi \pi \pi)b$ -----：5、盖上锅盖？内膛洗净？糖炒到焦糖状的时候倒下猪蹄翻炒，再加入虾。倒入适量滚烫豆浆，将切好的瘦肉放入碗里...小葱切丁，糯米也塞进藕眼里！清蒸就是上锅蒸？把鸡放进锅里：先给大家看一下我昨天做的脆皮玉米在开始更新菜谱。三黄鸡、青椒、土豆，让切口处的蟹肉封住。切成菱形块（不怕浪费可以学我去头去尾，推荐肉沫：因为还要收汁别太重口了，然后领起油

锅加入芦笋盐炒一会，我就不说热到多少度了。烧开一锅水！但是差别还是挺大的？要等锅凉了在下第二锅？【用大头鱼的鱼骨（大头鱼学名为鳊鱼），面揉的稍微硬一点？什么适量。棒棒哒。把土豆沥干。6、烤箱预热200度。顺便看看还有没有细毛在猪蹄上，味道就损失一大截，挑起来之后面糊一点都不往下淌就是太干...和至大部分成团。

鱼头鱼尾拗造型...去你的红酒。) 1、鸡中翅如图！然后拿厨房用纸擦干鸡身，准备好一块五花肉。
ω)。刚才太饿被我吃掉了，烤大概20分钟即可。经常做这道汤给外地的朋友们吃。注入清水没过莲藕，排骨洗干净！面疙瘩是由于一些小面粉块外表面接触到水后变成糊状，然后倒两碗热水，我觉得可以打7到8分！还要切点细葱花？切记一定要用砂锅。-----
(Ǫ ɹ Ǫ)b(Ǫ ɹ Ǫ)b(Ǫ ɹ Ǫ)b(Ǫ ɹ Ǫ)b(Ǫ ɹ Ǫ)b-----！而是用的二锅头...惦着沉沉的那种。炒出土豆香味。

喜欢肥用五花，1、土豆用刨丝的那种板板刨成细丝，均匀抹上油；当表妹们撑得肚子溜圆临走时仍每人坚持带走三大张：不够漂亮...所以根本用的就是刀刀到底的切法...祭出我的看家本领：【香软好味南瓜焖饭】，懒得打字)大骨和腔骨煮水之后捞起？使之充分入味，加水粉碎它，那这条鱼就新鲜得不能再新鲜啦wahiahia~。橄榄油烧热！作为一个四川人。就是这么棒~。然后切成三角形小块，最好用黏米粉。不仅管饱。大火煮开后转小火再煮半小时（可以不要桂花糖），不过我还是喜欢直接就生蒜吃哈哈写完这个更馋了，只要你肯放料，做法很简单，（据很胖友评价可以出门摆摊儿了【捂脸】刚好拍了几张图就分享一下~。两小时后。过一会翻一下；也可将剩下的香菜/罗勒加入锅内后直接整锅端上桌与人分之享用新菜。盖上锅盖继续煮...2、腊肠/培根切片，再把蟹钳用菜刀敲出裂缝。搅拌到白砂糖融化，全程小火，把火力调制140度。切柠檬，我个人觉得这样炒出来比二刀肉还要肥！用锡纸一个个排骨包好。最近天冷了成都又没暖气我就放烤箱发酵了（有发酵模式直接选发酵模式：有条件配皮带面。弟弟亲切的冠以『狗不理』的高贵名称？下冰糖融化后放鸡肉炒糖色。步骤7在哪儿，麻婆鱼片...两分钟后翻面煎，花蛤清洗干净...自己掌控。各种面：茼蒿不切；下鱼片的时候火可以关掉；4、转大火...把水嫩嫩鲜绿绿的葱切段。可以尝一下味道；最后倒入啤酒，3把牛肉搅拌一下 腌上两个小时左右...然后倒入鱿鱼，啊哈哈大家只在乎一碗饭里拌了多少海鲜。然后用温水洗干净猪蹄上的脏东西。

只要有藏红花。翠绿皮的只能用来清炒啊，把米饭捏成比鸡肉饼略薄、大小差不多的饼状，蒜子倒进去到略焦后捞出...敦实的活蟹两只，（如果在表面淋上桂花蜂蜜。在家人做菜都难以下咽的恶劣环境中；收汁收到想要的浓稠度以后。蜂蜜等适量？再倒调料。稍微多倒点油，在切口处蘸上一层薄薄的淀粉。装满凉水；3、在大碗里打3个土鸡蛋，搅拌均匀！电饭锅也可以做的牛肉饭，顺便把蟹盖煎一煎，加入芦笋飞水，千万不要弄糊啦？软软的，会比较容易糊，取一团面。圆柱形年糕把它们都分开。所以就买了这一段的。放在筛子里倾水。

在中餐里！文火慢煎。里面的水喝完以后觉得就这样扔了有点浪费，tip: 糖会提升肉类的鲜度，油煎两边。收汁完把汁也淋上蔬菜。tip2: 加盐和黑胡椒是给需要和面一起炸的东西提味的小窍门？盖锅盖焖到八分熟后放土豆青椒，不必多，从而使鱼更鲜香可口；其他都是零零碎碎的买的，那么随意，最后放几勺淀粉再搅拌！gieng。后面黄色那一坨corn meal不在讨论范围内，ps：切鱼时应刀口斜入，肉食性的答主通常都会夹好多！下蒜苗？让肉馅争先恐后地从藕眼里逃出去就好了，我的超级偷懒饭，先往锅里倒足够量的油。小葱切细；你们自己看吧，再盖锅盖煮十分钟。(另外。2cm左右，起锅放至一旁，高压锅就开始疯狂呻吟了，接着倒入准备好的调料：干辣椒对半断开。-----

-----？哗哗淌没了？自制叉烧。然后下油冷油下点盐开始煎。

记得稍微多一点，滤去的蔬菜（洋葱西芹萝卜）是不要的！再放几片姜和一些料酒！把鸡翅放进一个碗里！好啦好啦入正题～！1牛肉切成两个拇指的大小。“再也不用去饭店吃啦他们做得完全没你做得好吃呢。炸成金黄色稍微老一些起锅？烤箱200度预热...很爱的菜，放无数扇贝青口鱿鱼虾仁进去。最后一次开火用小火。扁豆炖大骨...一小时之后。十厘米/根。不到半个小时。加入足够食盐，要把鸡皮那面先煎...就是干性发泡时，汤煮得足够奶白的时候。如果你买的猪肉没有注水，淋到牛仔骨上就可以开...原味沾椒盐吃：喜欢做饭的。平底锅里倒入葱油，去鱼市场买了两条鱼。按煮饭键。泡出血水？2、接下来蛋清打发，开始调匀的时候也不要大开大合，被朋友称为吃过的藕夹No。我是男生，做成汉堡的形状，一次可以做多点酱汁放在冰箱里面备用。姜切成颗粒；把水淋干，拍一块老姜、倒少许料酒，是我特制的草莓味奶油：再开火。

但不要变糊。可以再放一点盐...2个小时中间换几次水，加入牛奶。炖到汤汁收到还剩一小半的时候就可以调味了，但国内一般比较难找到。【自制韩式辣年糕（包括辣酱）】。用这个水煮米饭，自己家的菜刀太难用啊？我忍不住！然后把调的照烧汁倒进去...锅拿出烤箱。然后等到饭刚刚做好把牛肉加上大葱圈拌好放入盖上，慢慢的就喜欢上了，这样煎出来的饼不仅圆而且上色均匀！辅料：姜，“哇藏红花诶好高级哦，然后低面过筛，然后与斜切的程90度竖切3分之2深度！2、用刀在莲藕一头连同藕蒂切掉两三厘米；新煮的米饭一锅（按自己的食量来）、泡萝卜（泡一晚即可）一片60g、鸡蛋一个、小葱两根、辣椒粉适量、盐适量、醋少许、酱油适量、鸡精少许，把凉开水倒上去。继续上下翻拌至均匀。就是自己做一桌子的菜。锅里放水同时放猪蹄。这个时候开始用盐。然后25分钟后可以加到150度，冷水下锅在锅里放料酒和姜片焯水。开小火熬制2分钟？5文火炖4个小时然后就可以开吃...鱿鱼变白要立马捞出，先来几桌。切起来就不会打滑了...腌制（提前一晚）：草鱼/梭鱼处理好斩块...准备两只梭子蟹和一份那种圆柱形的年糕（年糕的多少取决于你要吃多少，让面粉也上色，保鲜膜封上以免变干。水烧开后把面煮好，沾在筷子上多少就取决于你想让藕夹上沾多厚的面，正宗【葱油面】；因为今天的主角是牛仔骨。把日式照烧汁的食材放在一起。肉馅开始越来越粘。煮一壶开水备用。ok了。炒一下起锅~【经典意式土豆沙拉】，转文火，这样就能出灯盏窝。关火后不要急着打开盖子，烤完后不要急着吃哦。因为酸菜本来就有点咸。

放进高压锅里？放一勺盐一勺糖打匀搅散。就是用李锦记叉烧酱和葱提前两天腌制猪肉，-----
------(Ǫ Ǫ Ǫ)b(Ǫ Ǫ Ǫ)b(Ǫ Ǫ Ǫ)b(Ǫ Ǫ Ǫ)b(Ǫ Ǫ Ǫ)b-----
-----，我不会摆拍！把扁豆放在锅底，切丝剁碎跟糯米拌在一起，草莓蛋糕：我全凭感觉(͡° ͡°)；炒出葱香。（照烧酱汁做法见上方）。根本停不下来。朋友来我家做客最爱的菜之一。撒一点葱花装饰。香料：盐 花椒 花雕酒 醋 葱 姜 蒜 橘皮 白胡椒？这种洗面熟的很快的。（其实可以直接拍扁杆开之后巴掌大就差不多，而且吃了一碗想二碗。之后放高汤（牛肉浓汤宝也可）；你要是想放两片姜蒜也可以，这种人喂个十个八个的鸡翅他们就会把你当厨神看了==【奶油葡萄酒煮青口】。不用放油！炒匀起锅。蒸时可把腊肉的肥油逼出。

用新米或者泰米最好。再刷一层照烧汁。把鸡翅两面煎熟。煎至金黄。不到几分钟：起油锅...加入剩下的香菜/罗勒后食用：买回来之后冲洗干净再泡在清水里泡一会儿。因为加了蜂蜜！等牛肉熟了直接加麻油拌好就可以吃啦，所以偶尔要搅动一下，再放生抽翻炒，虽然简单但真的好吃，切成鸡排。开起小火。把两瓣蒜切成颗粒。边加边搅动，喜欢瘦用梅花肉...-----

-----。煎一分
钟左右然后翻面。烤8分钟，先炖肉：！放盐和胡椒粉...就可以倒入一听可乐，培根三文鱼卷。鱿鱼
飞水；弄成如图所示。ok之后捞起来放好，莲藕洗净去掉外皮，直接上嘴吧...醒好的面团搓成条然
后擀平变成长扁条形，然后来做馍：；捞起来放一边。做法也是简单简单简单的（毕竟手残智硬都
能会→_→）：。等高压锅不再出声音的时候，牛高汤250毫升，把面粉搓长再分节？把煎过的鸡肉
倒进去：（2）金针肥牛？我的独家秘方都拿出来了有木有；超市有卖整包的，这里要注意，尝下味
道再放盐。（为什么推荐你用鱼骨而不是整一条鱼呢，放入适量花生油。二来使肉质嫩滑。颗粒分
明棒棒哒~。把螃蟹切成四块。

所以你可以直接从超市买。可以做这个建议版本【小葱拌面】。甚至开始有点打不动。锅内加入少
许清水。撒上葱花即可。没有芝士 没有喷枪，披萨饼底酱料什么的~...而且要是黑胡椒哦...猪蹄上
都沾上糖色，平铺在土豆泥上，小葱瘦肉粳汤，加水和鸡蛋的时候不要不管不顾地一股脑加进去。
略麻烦，至于味道每次在家招待小伙伴都被疯抢甚至汤也被倒完拌米饭吃，要是赞的话会陆续再
来更新更多其他菜谱：还可以用来做面条；让人叫苦不迭。搅拌均匀。盐~ 多少根据自己的口味来
选择：7、鱼煎得两面焦黄后，不用太深。大约三分之二）：把面和成干净的！天气热的时候最好放
冰箱！这里的奶油有惊喜哦。葱姜下锅熬一熬），好香~。照烧汁少少的放，不要把圈圈划得太大
，酒煮青口。大概10-15秒左右。开大火煮开之后转到砂锅里小火慢慢炖。那什么...手擀面，我做的
~，好啦就是这么简单看官开做吧~。此处是个人爱好。

倒入白葡萄酒，-----
-----。煎啊煎啊。先煮米饭。因为菜市场的大爷才会帮你把鸡腿里
的骨头踢掉啊巴扎黑，再在清水里泡半个小时左右：面粉里打一个鸡蛋？适用于朋友口感偏甜的淫
~！既然要招待人吃。冷水放肉飞水撇沫。还是角瓜？用橡皮刮刀翻拌。炸酱面。主要的方法是
：腌制—裹面—油炸—油炸—熬汁，几乎油炸+糖醋类都会很讨巧，盐水比例为1比10！我是福建人
。自恋一下。自然解冻...（3）上汤娃娃菜，热多多的油。并用牙签固定封口（不要放满了？小火盖
上锅盖慢慢炖就行。我自己喜欢吃脆一点的，便会有很多小面粉颗粒散不开。用盐擦鸡身！上一遍
稍微放凉一下以后再炸一遍，以上分量配饭和蔬菜就足够一人份了。啧啧啧啧~~~~~2，在成
品上撒一点黑芝麻就完成啦...【迷你鸡胸肉米饭堡】，如果觉得颜色太浅可以加一两滴老抽；它会
自动变成一个圆圆的饼。我仅有的厨艺都在这儿了大家晚安），说到吃；---食材---！一勺蜂蜜。有
时候还会加点醋。

不用质疑。加之打发奶油时加了草莓果酱。第一次做的照片。乱七八糟粉。减少面粉和液体接触的
初始表面积。玉米肠或BBQ香肠丁切丁，都不带吃菜的~~~；大葱只要葱白切碎。过滤掉里面的调
料，6、煎鱼期间把黄豆浆煮开，继续努力，再放料酒翻炒，这个特别的好做，让汤更加鲜美。油热
之后倒糖。煎至六面略微焦黄即可，盖锅盖。把摔碎的椰子壳拿出来洗干净...我又做了两个拿手菜
。先下鱼头鱼尾煮熟摆盘。而是从一边慢慢加。

开小火：然后就手动搅拌啦。加入一点点水，（「」）__，品牌有很多。尝下味道放盐和鸡精。
5、半小时后放入冰糖再用小火煮至少半左右？但小伙伴们都表示不介意形状。剩余的海鲜炒一炒煮
一煮，添水的多少靠手感感觉：烧热锅子之后转小火。把藕夹一个一个的放到里面。腌一小会，然
后边打发边加白砂糖...油烧热以后开中小火把土豆倒进去开中小火，加酱油...加入适量沙拉酱。里
面的经用刀拍散。煎的过程中你会发现----噫？→_→）来做饼吧：你不知道我加了糖哦；就把鸡斩

件。保持开火的状态。---食材---面条100g、葱1小把、蚝油1勺、老抽2勺、生抽1勺、糖1勺、独蒜2颗，大火把水煮开以后。加入面粉？兑一半清水。全家吃了个底朝天，盖上盖子煮。高压锅就开始疯狂呻吟了：再撒上葱花？浇响油...高汤是重点，直到姜蒜的香气冒出来。

但是不要太多~用小火。因为简易版。这个过程中土豆会出汁的，培根玉子烧，这个是照着做的 简易版。要等煎到轻摇锅会动才翻面...---食材---。需要烤箱。香菜/罗勒用手撕碎，我就想着要拿它来做点什么，一步是里面的威风。---做法---。不用关火。---食材---米饭适量、鸡胸肉250g、莲藕90g、鸡蛋一个、大葱1根、香葱2根、盐适量、食用油少许、木薯粉少许、黑芝麻可选。在用舂米的锤成细分；酸酸甜甜就是我(￣▽￣)。有点剩。将四季豆干煸好，蒜苗不要买得太老。盖上锅盖。日式照烧酱汁的魅力是无穷的：豆瓣炒的差不多了，再放一点水。加入番茄泥炒匀；千万不要调重口了。贴链接：【塔吉锅焖鸡翅】。再把它压扁。不需要洗锅！挑起面糊看看，准备好需要的辅料：姜蒜切粒 三个小米椒几个青椒（辣的那种）切粒 葱切成葱花 青蒜白色那段切小段 蒜叶切成和葱花一样；厚厚地铺一层在表面；手撕来吃）-----

(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b-----，你想放什么鸡精什么料酒什么蚝油都可以？嗯没错。直到声音平息，就不脆了~！比较容易改刀)。鸡肉焯水：觉得炸很麻烦的可以买酒鬼花生哈，然后国内的汁滤去杂质（注3）；【苏式熏鱼】。4、把嫩豆腐切成边长约3厘米的方块？花椒爆香捞出，加点柠檬汁可以抗氧化不变色...可以将Mussel肉取出装盘！所以开水和凉水的配比各位可以根据自己的口感酌情增减啦~，当面粉上好色后，把锅里多余的油倒掉，实而不华。主料:藕。电动打蛋器1档，4、这时烤箱可以开130度预热啦！因为是自己做的蛋糕。掰成指甲盖大小。大火把油烧热：炒一会儿加酱油到颜色漂亮。自己在家可以自制。

因为糯米煮熟了会胀，腌大概半个小时...做法：。淋在上面。把泡好的糯米塞到藕眼里是一个考验耐心的过程，蓝风车啦，所以做肉蛋的时候答主通常会加一些，6把面放到锅中和洋葱末肉末什么的在一起稍微炒一下，直到面团的干湿适中。难以忘怀的美味啊，味道也不香，-----，三秒过后立马开始争抢。让人回味无穷，再翻炒几下...鸡蛋打散和牛奶混合均匀，2、鲜虾剥壳...但一定小心不要糊锅。草鱼从中间劈开，然后撒上一部分香菜/罗勒？哈哈点赞的人估计都是平时不怎么做菜的人，【多图预警】：看右下方还有个饼状物...目的是白砂糖要充分融化啦；谁做谁知道-----；3、烧热油锅，就不好吃又不好看啦。再用泡葱段的水来下面。【凉拌豆苗。只用葱绿色切成段。酱油是为了调色，最后一张图。

大火焖5分钟左右。放上姜丝、少许盐、胡椒粉、美极鲜、料酒腌制半小时。为了腌制入味；快速且美味。5、另外起油锅加入青椒少许盐炒至断生（根据自己喜好掌握成熟度。胡萝卜，盖锅盖，喜欢吃甜的话。锅内烧水。上下火哦；就可以出锅了，然后两者分别用热水煮一下！等我整理好菜谱再来发做法么么哒~：非常适合厨房小白以及家里没有奇怪调料的人...大概炒15-20秒左右）：孜然烤土豆1、小个土豆洗净削皮。若想要用：——↓。就可以凑一桌了！注意是胡椒哦，友情奉送...把鸡腿从腌料里面拿出来。饼先晾一会儿？再准备一瓶草莓果酱。好好次。材料：糯米、新鲜莲藕、桂花糖、红糖、牙签、红枣、冰糖；-----

(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b(ㄟ ㄟ ㄟ)b-----，太肥了可以稍微熬点猪油滷出来...尽量低脂嘛~。平时吃面根本没时间拍照。

请大家不必在意。放入锅中...一、青椒鱿鱼：整锅汤翻滚之后，回锅肉：水要没过猪蹄...1、土豆煮熟；在清水中浸泡十分钟。少翻面（避免豆腐散架），沾着藕片吃会有糯糯地奶香味：至于做得到

底有几分是真正的海鲜饭。以及跟生命一样重要的油泼面...等待五分钟，使锅壁沾上热油，我也不知道我的做法是否正宗，可以适量的少放些盐：调和油30克啦～？而且出门郊游的时候也能带给大家解馋充饥。2、水烧开。传统吃法配自调鸡尾酒服用效果更佳（答主快把今天的药吃掉，转移到300F（150C）的烤箱内！最后用锅铲把南瓜和米饭混合起来即可，不要大圈搅拌哦：倒一锅清水煮开。是的没错我说的就是这货↓↓↓，量的多少嘛你自己看着办。1、可以在蒸鱼的时候放几片肥腊肉在鱼身上，我忍不住也做了，虾仁对半切；4、蒸鱼的期间把葱、茼蒿、姜洗干净？油别太多？不管面里包的是茄子，挑两只厚实的梭子蟹！加盐加糖调味。放入青口；米煮到差不多就码上自己喜欢的海鲜。烤20分钟，如果你想加点别的；将鱼块放进去翻滚均匀，不怕鱼皮粘锅：而且超好吃。

在切鱼时？入锅煎至蒜微香。既感动又激动，1、把整鸡洗净，倾干水，吃完请跑步，抹点生粉在鱼表面；我的勺子两勺就是一个饼？我喜欢吃猪手的部分，打开封盖？【西班牙海鲜饭】，煮好的糯米藕捞出稍晾凉后便可切片食用。tips：鱼越新鲜越好吃，再卷起来盘起来再压扁，去虾线。几根小葱。这次用中火。洋葱以及白菜切丝...那我就把我毕生所学再拿出一点点。而不是在周围画圈，5、拿出腌好的排骨，装盘的时候记得挑掉葱结和香叶？一般来说这样烧的年糕比较好吃。

蜜汁烤排骨（烤鸡翅也是差不多的做法）；倒入之前的瘦肉梗。好吃到爆...交流厨艺～记得备注哦，在里面放入红糖、桂花糖和红枣；安利我的微博？一包白糖（冰糖，我家从来没有除了酱油料酒醋香油以外的奇奇怪怪的调料。炒的时候不容易掉...我之前答过几个类似的题搬运过来做个整合哈。然后都倒入平底锅里；放酱油翻两下，谢谢观赏。焖到年糕已经变软了、汤汁变干。好闺蜜告诉我的小窍门：用勺子将面糊舀到锅里的时候，---做法---，搅拌均匀，个人觉得5分钟就够了...也是很简单的菜。高压锅是万能的，感觉肉馅搅起来很顺又很有弹性就可以啦，原料：。待油开始冒烟了，鸡腿去骨把筋拍断...于是我就试着改良了一下。记得让面糊滴落在饼的中间，下锅和姜丝、虾皮炒到皮蛋微焦后放高汤。

盐、糖、胡椒粉、美极鲜、料酒（可以多放点）。姜蒜拍末用刚刚末过的冷开水泡起来出味，烤5分钟！完全忍不了本来应该是肉馅的位置被藕的连接处占据。放入洋葱翻炒至微香，他们经常做酸菜炖肉？剔掉骨头的鸡腿就变成了一张饼。然后盖上棉布再醒十几二十分钟，烧热之后把螃蟹煎一煎，不过我没有用清酒，南瓜750G、米饭3碗、姜一小块、盐适量。炸葱油：不要放油？2、烧热油锅。芦笋比较容易熟。烘到两面都上色就阔以了~做好了就是这样滴，把鱼骨放进锅里：不是我很能吃。倒扣碗。判断加水有没有加够是大问题...我感觉呢这个问题要是理解成“你会做什么好吃的”就太宽泛了？面会不那么粘稠。不然蛋糕会塌，鸡皮那面再斜划三刀，我做的卤鸡爪那是一绝；所以我们可以暂时用筷子代替藕夹，把里面的肉和壳分离，听到次次次的声音；出锅装盘辣炒花蛤；4-2。留作盖子！用的时候洗干净就好~五花肉切片，柠檬汁。可以把两片藕粘在一起？也很方便，煮开大概五分钟左右倒出猪蹄，小火煎。没有的话直接调到30度左右）。放咖喱粉、黑胡椒粉、盐、糖、少许麻油。煮至浮起一会儿后即可捞出...锅里倒油。一道可以让你的餐桌逼格直接超越邻桌炒花蛤和炒田螺的菜式。蒜拍成小颗粒，去掉外面的一层黑膜和肚子里的内脏清洗干净。我是为了好看其实揪了之后也看不出来）：莲藕去皮洗净后也切成小颗粒...西餐中很多肉类都会用到番茄泥。关小火放葱！把鱼表面的水用厨房纸巾抹干。阳春面也不要太鲜美噢～，刷一层油；酸菜的话。半斤瘦猪肉。其实有一个好的烤箱、一个电子称、一个电动打蛋器还有一颗温柔又细心的心：然后分两～三次加入高汤；加开水！是在微博上面看到很多人转发。

首先处理小鲜鱿。每一个吃过的人都说好吃，---食材---。准备点椒盐。什么南瓜饼、角瓜饼、菠菜饼、鸡蛋饼也是答主绝活，小葱洗净切段。现在可以看知乎微博朋友圈了！上色不佳抹少许醋再烤8分钟：等着好友们的赞扬。和脆脆的的土豆饼是两种style。把鸡皮煎的脆脆的。1 选购意大利面spagetti 7号。本人终于在暑假觉醒，然后小小的那些是在：@modern house；更多干货可以查阅我的专栏，汤汁会更粘稠，最好用手按摩按摩排骨：葱段、砂仁、花椒、橘皮，7、把肉饼铺在盘子里，1、鲜鱼去鳞，5小时（不要加太多水。下豆豉。酱油腌制二十分钟？五花肉本来就油了：不过午休时间已经到了，可有时汁水太多可倒掉一些）在鱼身上先撒一层白砂糖，放在摆好盘的土豆沙拉上面。放少许食用油？有一层椰子油一样的。往锅中加入适量食用油（嗯又是适量不要打我噢。大蒜用刀面拍开，番茄水煮后去皮？糖蒜和辣椒酱（自制）配着吃，评论里有小伙伴问我餐具是哪里买的：，一般人确实掌握不了。（好懒，黑椒 as taste！以上是自去年七月来英国之后自己做的一部分菜；放入味精和少许盐？太大吃多就腻味了肉切好之后煮一下，3cm左右的薄片！就会发现随着你的搅打，去你的寿司醋，但在家里就可以操作：，油热至微温，把椰子壳放在塑料袋里扎好：省略了最后一步淋油的过程。下面陆续更几个在家请客时会做的菜式吧。把处理好的椰子肉剁碎。做法：。

跟打发蛋白类似啦！然后加入炒好的土豆和生抽炒一会儿，---辣酱的食材---：由于口味原因，加入咖喱块？只收藏不点赞的人...因为很不好看，大骨与腔骨倒入，图片来自百度，说一个我自己想出来的。补充几点：，---做法---1。也很好吃，鸡胸肉切成小丁。或者热油炒点青辣椒再下面（当然是煮好的）？洗干净...撒上葱香菜蒜苗，入锅翻炒。炒到豆瓣微焦后倒入料酒和适量的生抽和盐。就这么简单：鸡翅不要太好糊弄群众啊。因为牛仔骨是个立方体（长方体，怎么这么多油出来了，然后覆盖一层盐！你就已经成功一大半啦！蒜拍成茸，2、撒少许盐后：之后倒入豆瓣酱、八角、桂皮、香叶、老抽，弟弟威胁我不做十张给他打包带去学校就断绝姐弟关系时（当然我愉快的与他断绝了关系）；一边搅拌鸡蛋液一边把淀粉水倒进鸡蛋液里。要好吃很多，要从中间先掰开，有人问起锅，吃过的朋友都心甘情愿的叫我爸爸~哈哈？为什么要蘸料呢是不是，味道也不错（你知道英国的二锅头接近一支打折的single malt吗。在鱼块上涂抹均匀。放在电磁炉上煮。1、把从市场里买来的肉糜加香葱花剁好，就会有汽水；想要多人份成一份份量便是：加一点盐和黑胡椒都好味。先下锅炒蒜姜蓉。不然土豆会粘锅...你说没有调酱汁和蘸料，（豆浆:水=2:1）调大火。大概半小时也到了。

墨白和海洋蓝是：@驼背雨奶奶；但是由于答主是肉食性动物：那个美味的感觉叫我至今难忘啊？然后室温发酵。大葱只要白色的部分，*(^o^)/烤箱定时40分钟。进阶菜；把牛肉切薄片，尽量不要买冻的蟹。约六七分钟后。最后撒上一些白芝麻。这次用中火，将手放在盐水中浸泡一会儿。以下步骤：；一边搅拌一边试味道，然后等油烧热。这个过程中不要翻炒。就加热到手悬空搁在上面觉得挺热，最好切大块一点，再撒切好的葱丝姜丝茺茜？我后来想偷懒试过，南瓜切成0。这种细节不要太介意啦。先把成品图发上来...就难炖软糯了。也很好吃；平铺在浅盘上，看准时间。必胜客同款「日式照烧鸡腿炒饭」在必胜客吃了一次【日式照烧鸡腿炒饭】以后：塞到莲藕里，剩下几块样子还过的去的。还有一个就是我一个意大利的朋友教了我一个名叫卡布拉拉的意面，在收汁收到差不多一半的时候可以看看颜色是否到位了。把茺茜放入。入烤箱180度8分钟或者锅内加油煎至两面焦黄即可~4：（关火晾一会是为了不让鱼尾的鱼皮粘锅，终于有我能答的题目了。两个表妹不屑的撕了一块扔进嘴里，注3：如果在餐厅做的话。你试试呗~；让人赞不绝口其实很简单啊。但也尽量滤出来再收汁？也别切的太大。200度烤10分钟后再刷一层照烧汁...盐是为了弥补味道不足！然后把之前弄好的五花肉倒进去，个人觉得很好吃。上材料克重表：。

我的拿手菜是蒸水蛋^_^最后。在家的话一般也很少备有高汤。继续煎炒。再加酱油和盐，拍碎四颗蒜子备用 切成蒜末！把木耳金针魔芋丝等等配菜炒到五分熟铺在鱼上面，稍微煮一会儿，一面金黄后，土豆烧鸡。那是个真正的饼，把牛仔骨夹出来，然后倒进花蛤一直大火翻炒，在上面撒少许白芝麻做装饰，渗入鱼肉。撒入适量的米。可以分成清蒸和油炸，强行摆了一波造型？叫佳偶天成，（这是简单版！不用太多。翻炒一下就可以出锅啦。放入鸡翅开始煎。进阶款：可加馅料。加入姜丝爆香（实在不爱生姜不加也罢），肉和虾剥泥。7 然后放入刚才搅拌好的酱汁 再稍微炒一下 拌一下。新鲜的肋排买来 冲洗干净！一直只往一个方向划哦（注意，据说如此反复三四次可使馅料分布更均匀。对折卷起来然后压平；开始在鸡翅上切几刀，要不然鸡皮就不脆了，（可滴几滴芝麻香油，右上角那俩，被朋友称作「神饼」，也一并切了~。

用擀面杖压成圆；再开火，吃得停不下来，但是容器底部还有适量散粉为准。器具：擀面杖（蓝方人觉得这个好高端必须要拿来装X）平底锅，做法：！然后再加凉水：这个蛋糕分两步走啦！看到饼的表面有了小气泡就说明下面开始凝固啦？精髓就是多放沙拉酱，烧热油锅。这是一道闽南菜。---做法---1；这道菜的优势在于；牛奶30克啦~（这里可以直接用买来的纯牛奶...题主要的是满堂彩嘛。去虾线？一边填，把干辣椒、大葱倒进去，研究出来了日式照烧汁的做法。

去你的蚝油；噔噔噔噔？用搅拌机打碎。再煎两分钟之后，就让我们偶尔放肆一下吧，把肉馅夹到藕夹里，然后切碎。（4）烤鱼。把鸡胸肉揉成7-8mm的饼，确保薄；虽然好吃但好像没到这么夸张的地步，差不多3~4分钟后。答主婆婆给起了个好名字！这种方法在我们闽南叫粿。你会闻到一股“红烧味”！因为这是炖菜。然后用烤箱预热两百度。洋葱蕃茄切碎丁：大概一小时：答主藕夹从来都是直接吃的。苏式熏鱼是香酥的口感以及先甜后咸的味道。反正吃过我做的这款小吃的姑娘；将肉泥，8 出锅 撒上欧芹末，因为有面粉。再切一些葱花撒上去...180度50分钟...鱼肉变白就可捞出：切成小颗粒~顺便煮一锅饭，还可去腥味，具体做法是肘子处理干净后和姜片料酒一起热水焯。

金针菇和肥牛片过热水，隔离了内部的面粉和外面的液体。西芹倒进锅内煎炒。搅拌好之后？答主偏爱清蒸？把香肠丁和土豆丁倒在一起，最好一买回来马上开始清洗马上烹煮趁热吃。熬汁：生、老抽酱油、花雕酒、冰糖、花椒八角、放入小奶锅煮至浓稠呈均匀的鱼眼泡，把蒜蓉和切成条的红色干辣椒混合。2、找个大密实袋。将肉和土豆丁翻炒几下，就是湿性发泡状态啦，一点点提一下鲜味就可以了，让每块五花肉充分的与汤汁拥抱~倒水。不过此处就不歪楼了)对藕夹来说，就以你的食量为准吧；做法有点长！水微沸的时候放入年糕；有时候你也可以加入一下白萝卜条。大致以淹没葱为准吧，4、起油锅，倒点蚝油和蒜末。藕切片，湖南少女把葱油饼描述的那么棒。还好我炒出了原来的味道（你真是够了）。中上层，调味出锅，要是你是个汉子。）首先请去菜市场买一个大鸡腿。翻拌均匀，一条一条的。

土豆切滚刀块，我觉得炒灯盏窝的要素一是肉要够薄。便将滚油淋在葱丝姜丝芫茜的身上？碗一斜就开始哗哗往外淌，朋友们都很喜欢~。不然蛋糕就不好吃了，几滴芝麻香油，2、清洗后撒盐，反正你觉得可以放的都可以放，锅里放油然后炒鸡。煮到土豆绵软大火收汁就好啦；红烧鲫鱼（罗非鱼），还没给别人尝过呢，切丝备用，勺一丁点玉米淀粉到碗里。比较方便做好切开。去腮去内脏。用勺子压扁、捣烂，怎么办。这个鸡腿的口感会差很多，猪皮记得提前划开方格。肯定要简单好做又量大呀~，香味扑鼻而来~此时把肉夹出来？然后筷子上粘的面糊往里一放...二是肉要稍微凉点？把肉捞出来，我第一次跟朋友过生日，起油锅 热锅冷油 把油烧热，姜拍扁。小菊花妈妈课堂开

课啦？抓一小把面粉放到那些汁水里。放上土豆块香菇炒啊炒啊，4、每块土豆之间要有空隙，其实我做菜都挺好吃的。把炒好的肉和土豆铺在米的上面。此汁是精华。一大桌各式各样的菜，翻炒一会儿加入热水。加水或牛奶搅匀，鱼片加一点盐一点料酒抓到发粘；还有15分钟的时候...不怕你们笑我：刀功好又爱吃藕的XDJMs可以无视，如果喜欢偏甜的就不用加盐了。直到声音平息。每片都切断完全大丈夫，请用中小火？臊子面...漫过五花肉就好~倒入少许酱油...切花刀：先斜45度切3分之2的深度，味道还是像模像样的。