

家常菜的简单做法,喜欢哪一种?

蚝油浸芥菜
原料:芥菜 300 克。
调料:蚝油、水淀粉各适量,盐 3 克,香油 3 毫升。
做法:1.芥菜洗净后放入清水中,加少许盐浸泡 15 分钟,再切成小片备用。
2.锅里的水烧开,把切好的芥菜放入水中焯煮 3 分钟,焯水的过程要记得加少许香油和盐,焯煮后,把芥菜捞出码入盘中。
3.将炒锅里倒入一小碗清水,开小火,倒入蚝油,用勺子勾匀,加少许水淀粉勾薄芡,煮开后关火,调入香油,将汁倒在芥菜上。

腌西兰花
原料:西兰花 200 克,芹菜 50 克。
调料:白葡萄酒 15 克,盐、白糖、蒜片各适量,香叶适量。
做法:1.将西兰花掰成小朵,洗净,锅内放水烧开,将西兰花投入,浸烫约 2 分钟捞出,放入冷开水中,浸泡过凉;芹菜切段。
2.锅置火上,加适量清水旺火烧开,下入芹菜段、蒜片、香叶、盐、白糖、白葡萄酒煮约 10 分钟,制成腌菜汁,倒入容器中放凉。
3.将西兰花放入腌菜汁中,腌制一夜,隔天早晨即可食用。

凉拌蒜泥茄子
原料:茄子 250 克。
调料:蒜 8 瓣,麻酱、盐、香油、酱油各适量。
做法:1.将茄子洗净削皮,切成两半待用。
2.将蒜洗净捣碎成泥。
3.将茄子装在碗或盆内上蒸笼用旺火蒸熟。
4.待蒸熟的茄子放凉后,放上酱油、麻酱、香油、蒜泥、盐,拌匀即成。

四川泡菜
原料:嫩豇豆、胡萝卜、圆白菜、子姜共 5000 克,小红尖椒 50 克。
调料:老姜 25 克,盐 100 克,红糖 50 克,白酒 50 毫升,白醋 25 毫升。
做法:1.将泡菜坛洗净控干。
2.将小红尖椒洗净,去蒂控水;老姜去皮洗净,切片,连同盐、红糖、白酒、白醋,均放入泡菜坛中。
3.将清水注入坛中,在坛沿内放水,盖上盖子,即成泡菜水。
4.将豇豆择好,切成 3 厘米长的段;圆白菜剥片,洗净,切成片;胡萝卜洗净,切成小块;子姜洗净,切块。
5.将嫩豇豆、胡萝卜、圆白菜、子姜均沥干水分,放入泡菜坛内用盖子盖严加好沿水,夏天放室外凉爽处 1~2 天,冬天 4~5 天即可食用。

什锦拌菜
原料:紫甘蓝 100 克,胡萝卜 50 克,芹菜 60 克。
调料:蒜、香油、老抽各少许,盐 2 克,醋、植物油各适量。
做法:1.紫甘蓝、胡萝卜、芹菜均洗净、切

丝;蒜切末;锅内放水、盐、醋煮沸,入紫甘蓝、芹菜、胡萝卜焯水捞出沥干。
2.锅置火上,锅内放植物油烧热,放盐、蒜末爆香,关小火,把焯过的紫甘蓝、芹菜和胡萝卜丝放入锅中,加香油、老抽搅拌均匀出锅。

金瓜银丝
原料:绿豆芽 150 克,金瓜 100 克,水发香菇 50 克。
调料:盐 6 克,香油、味精各少许,酱油、白糖各适量。
做法:1.绿豆芽洗净,放入沸水锅略烫,取出,过凉,沥干。
2.金瓜对剖,入锅蒸 10 分钟,用金属匙将瓜肉刮出,瓜皮切丝。
3.水发香菇去蒂,洗净,切丝,用酱油、白糖烧入味。
4.绿豆芽、金瓜丝、香菇丝一起放入盛器,用盐、味精、白糖拌匀,淋上香油即成。

多味蔬菜丝
原料:圆白菜 250 克,水发海带、胡萝卜、芹菜各 50 克,尖椒 25 克。
调料:料酒、醋、盐各少许,鸡精、白糖各少许,香油适量。
做法:1.将芹菜、胡萝卜、海带、圆白菜、尖椒分别洗净,切成细丝。
2.将锅置于火上,加适量水烧开,将芹菜丝、胡萝卜丝、海带丝、圆白菜丝分别放入水中焯烫熟,捞出来沥干水,放入一个大盆中。
3.加入切好的尖椒丝,调入盐、鸡精、料酒、白糖、香油,拌匀即可。

蔬菜沙拉
原料:圆白菜、番茄各 100 克,青椒、黄瓜、洋葱各 50 克。
调料:柠檬汁 1 大匙,蜂蜜、盐各适量,香油少许。
做法:1.圆白菜、番茄、黄瓜分别洗净,切成片;青椒、洋葱分别洗净,切圈备用。
2.把切好的圆白菜、番茄、黄瓜、洋葱、葱搅拌均匀,放在盘子中备用。
3.把盐、柠檬汁、蜂蜜混合均匀,淋在盘中的蔬菜上,再淋上香油即可。

炆拌三丝
原料:木耳 10 克,莴笋半根,胡萝卜 1 小根。
调料:蒜 2 瓣,生抽、米醋各 5 毫升,芝麻 5 克,盐 3 克,花椒 1 小匙,植物油适量。
做法:1.木耳泡发,莴笋去皮,胡萝卜洗净,三者分别切丝后焯水 30 秒钟捞出,过凉水,沥干。
2.把以上三丝放入盘内,蒜切碎,放在三丝上。
3.锅里少许植物油烧热,放入花椒小火炸香,拣出花椒不要;油趁热倒在蒜末上,加生抽、盐、米醋、芝麻拌匀即可。

凉拌素什锦
原料:鲜香菇、鲜口蘑、黄瓜、胡萝卜、番茄、西兰花、莴笋各 50 克。
调料:盐、白糖、花椒各 2 克,酱油 3 毫

升,植物油适量。
做法:1.黄瓜、胡萝卜、莴笋分别洗净,切成寸段;鲜香菇、鲜口蘑、西兰花、番茄分别洗净,切片备用。
2.将鲜香菇、鲜口蘑、西兰花、胡萝卜、莴笋分别焯熟,放入盘中,加盐、白糖、酱油拌匀,即成素什锦。
3.锅中入植物油,下花椒炸出香味后捞出,倒入拌匀的素什锦中即成。

双耳炆黄瓜
原料:干银耳、干木耳各 15 克,黄瓜 100 克。
调料:葱、姜各适量,盐 5 克,味精少许,香油 3 滴。
做法:1.将干银耳、干木耳泡软,去根蒂,黄瓜洗净切片,共入沸水中焯烫至熟,捞出沥干,装盘;葱、姜分别洗净,切成细丝。
2.将姜丝、葱丝、香油、盐、味精一起拌匀,浇在双耳和黄瓜上,拌匀即可。

大拌菜
原料:樱桃小萝卜 150 克,生菜、紫甘蓝各 100 克,木耳 3 朵,黄瓜 1 根(约 200 克)。
调料:盐、胡椒粉各 3 克,香油 1 小匙。
做法:1.樱桃小萝卜洗净,对切开;生菜、紫甘蓝洗净,撕成小片;木耳泡软后洗净,撕成小朵;黄瓜洗净,切片。
2.将樱桃小萝卜、生菜、紫甘蓝、木耳、黄瓜放入盘中,加入盐、胡椒粉、香油拌匀即成。

玉米拌油菜心
材料:玉米粒 30 克,油菜心 20 克,香油 1 小匙,盐 2 克。
做法:1.将玉米粒与油菜心洗净,放入滚水中煮熟,捞出沥干。
2.将油菜心和玉米粒放入盘中,拌入香油和盐即可。

凉拌老虎菜
原料:黄瓜 400 克,青椒 150 克,香菜 25 克。
调料:盐、香油各适量,葱白 10 克。
做法:1.黄瓜、青椒、葱白切丝,香菜切段。
2.将黄瓜丝、青椒丝、香菜段、葱白丝盛入盘中,加入盐和香油,拌匀即可。

山楂梨丝
原料:山楂 100 克,梨 2 个(约 300 克)。
调料:白糖适量。
做法:1.山楂洗净,去核;梨去皮、核,切丝。
2.炒锅置火上,放入白糖,加入适量清水熬至糖起丝,放入山楂炒至糖汁浸透时起锅。
3.将糖炒山楂与梨丝拌匀即可食用。

香油拌莴笋
原料:莴笋 3 根(约 600 克)。
调料:辣椒 2 个,蒜 4 瓣,盐、白糖各 1 小匙,香油半大匙。
做法:1.把莴笋去皮,洗净后切小块;蒜洗净去皮,切碎;辣椒洗净切小片。

2.把莴笋片拌上盐腌 15 分钟。
3.把腌好的莴笋用冷开水洗去盐分、沥干,加入蒜末、辣椒片及白糖和香油拌匀,放置 10 分钟,使其入味后即成。

橙汁蜜藕
原料:莲藕 200 克。
调料:橙汁 100 毫升,蜂蜜 1 大匙,盐半小匙,白糖适量。
做法:1.将莲藕洗净去皮,切成片,泡在凉水中(换水两次)。
2.将锅置旺火上,倒水烧开,然后将藕片在开水中迅速焯一下,取出过冷水后沥干。
3.藕片摆在盘中,加入橙汁、蜂蜜、盐、白糖拌匀。
4.腌至色泽呈淡黄色即已入味,可入冰箱冷藏后食用。

番茄拌洋葱沙拉
原料:小番茄数个,洋葱半个。
调料:沙拉酱 5 克,盐 1 匙,胡椒 2 克。
做法:1.把洋葱洗净,撕去表皮,用刀横向切成细圈,放入水中约 10 分钟以去辛辣味,捞出沥干,放入炒锅内焯干。
2.番茄洗净,对半切开,排于碟内,在表面均匀撒放洋葱圈,一层番茄,一层洋葱,置于冰箱内冷藏 10 分钟,食用时拌入沙拉酱,撒上盐、胡椒粉既可。

鱼腥草拌莴笋
原料:莴笋 500 克,鱼腥草 100 克,葱白、姜、大蒜各适量。
调料:香油 2 小匙,盐 2 克,鸡精少许。
做法:1.将莴笋削去外皮,切成细丝,入沸水中焯烫片刻,捞出后入凉水中冲洗,捞出备用。
2.鱼腥草择去老根,淘洗干净,用沸水焯后捞出,加盐拌匀,腌渍待用。
3.将葱白、姜、大蒜切末,莴笋丝装盘,加入鱼腥草、盐、鸡精、香油、葱末、姜末、蒜末拌匀即可。

芥蓝沙拉
原料:芥蓝 200 克。
调料:色拉油、沙拉酱各适量。
做法:1.汤锅置火上,倒入适量热水煮沸,放入芥蓝焯烫至断生,用笊篱捞出,过凉,沥干水分,切丝。
2.取盘,放入焯好的芥蓝,淋上色拉油、沙拉酱拌匀即可。

三色银芽
原料:绿豆芽 300 克,水发冬菇 5 克,青、红椒共 50 克,姜丝少许。
调料:盐、白糖、鸡精各适量。
做法:1.先将绿豆芽洗净;青、红椒去蒂,去子,洗净,切成丝;水发冬菇去蒂,洗净,切成丝。
2.炒锅上火,加入适量清水烧滚,投入绿豆芽翻炒,不要太熟,即可出锅,凉透装盘。
3.炒锅内放入适量植物油,烧热后投入青、红椒丝和香菇丝煸炒,加入鸡精、盐、白糖拌炒后起锅晾凉,拌入绿豆芽内,撒上姜丝,淋上适量香油,佐餐食用。

特色推荐

- 盐水鸭
- 素烧鹅
- 蜜汁糖藕
- 南京馄饨
- 红烧狮子头
- 糖醋排骨
- 松鼠鱼
- 藤椒活鱼
- 萝卜牛腩
- 家乡小炒肉
- 砂锅排骨
- 三鲜锅巴

店长首推!



南京烧鸭

招聘企台 小费丰厚



南京饭店
NANJING BISTRO

大华府首家淮扬特色餐厅

电话:703-385-8686 703-352-8686 地址:11213-C Lee HWY, Fairfax VA22032

COUPON
10%off
只限堂吃
截止:4/30/2022

6-100

鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理

欢迎光临

特色菜系: 本店靠近泰森角购物中心,5分钟车程

- 贵妃鸡
- 北京鸭
- XO 生蝴蝶
- 香脆鱼片
- 金沙龙虾
- 特色黑椒牛柳
- 金条鱼球



莲花园
Lotus Garden

电话:703-255-9888
传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West, Vienna, VA 22180

大华府唯一的正宗兰州拉面

陕西刀削面美味正宗

