

排骨怎么做

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678189807176409.html>

范文网，为你加油喝彩！

热辣壹号-贺卡

肯定会
有人给你依靠的肩膀
抚慰你孤独的心灵
有人向你伸出温暖的手
鼓舞你继续坚持

♥ 要坚持 ♥



2023年3月7日发(作者：小通巷)

第1页

猪排骨的做法大全

猪排骨可是我们家常菜的主角，我们几乎每天都能在市场上

面到猪排骨，猪排骨可以搭配很多的蔬菜和菌类，做出不同风味

的菜肴来，猪排骨的做法实在是太多了，我们可以用猪排骨来红

烧，也可以用猪排骨来油炸，猪排骨还可以做汤以及焖和烤。

猪排骨适合任何群体食用，多吃猪排骨不但可以提供给我们

身体需要的能量，而且有补气血的好处，所以我们日常可以多吃

猪排骨，当然猪排骨含有丰富的脂肪，肥胖者就要尽量避免。

白萝卜炖猪排骨

材料

主料：白萝卜500克，猪排骨(大排)250克，

第2页

调料：盐3克，大葱10克

做法

- 1.排骨剁成3厘米大小的块;白萝卜切成片。
- 2.将排骨炖至肉脱骨，再加入萝卜，葱炖熟，撇去汤面浮油，加入精盐适量即可。

小诀窍

健康提示：

- 1.消食健胃，理气化痰。

第3页

- 2.用于脾失健运挟食、挟痰厌食症。
- 3.白萝卜味甘，性凉，宽中下气，消食化痰;排骨甘平，补虚弱，强筋骨。
- 4.与萝卜炖服，气香味鲜，是患厌食症小儿的辅助食疗菜肴。

猪排骨焖土豆

材料

主料：土豆(黄皮)200克，猪排骨(大排)150克，

调料：料酒10克，大葱10克，姜10克，盐3克，酱油10

克，白砂糖5克，鸡精1克，甜面酱5克，豌豆淀粉10克，植

第4页

物油50克

做法

1.将土豆洗净、去皮、切块;

2.将猪排骨斩块，加淀粉抓匀，并将排骨过油备用;

3.炒锅下油，爆香姜片，投入土豆炒透;

4.加入排骨炒匀;

5.调入生抽、白糖、盐、甜面酱，加清水适量，焖至排骨熟

烂;

第5页

6.最后用淀粉勾芡，撒入葱段、鸡精，炒匀上桌。

上文我们介绍了什么是猪排骨，我们知道猪排骨有很多的做

法，猪排骨可以用来烤，炒，炖，焖，油炸等做法，很多经典的

菜肴都是采用猪排骨做出来的，上文也介绍了猪排骨做出来的几

道精美的菜肴，大家可以参考一下。

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发