

笋菜

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/eec0a25f78c2e4ae59215e7861804799.html>

范文网，为你加油喝彩！

太极表格怎么设置行高 拳怎么练-茄子的做法实习日志通用 大全

**折腾，
才不辜负生命给予的上场机会**

磨练

**知识，通过学习可以得到；
成长，必须通过磨练才能实现。**

斑驳如画风景是大自然对人类的慷慨；
努力在事业中拼搏是生命对人生的期待；
千万不要低估你实现梦想的能力。
你的生活，
有多少还停留在对别人的羡慕当中？
再不折腾，你就老了！

2023年3月16日发(作者：香菇饺子馅的做法大全)

本文整理于网络，仅供阅读参考

笋干菜的做法大全

随着经济的发达，不管是小开会总结怎么写 城市还是大城市，甚至是农村快

餐店陆续出现，为那冬凌草的功效与作用 些忙碌的人们提供了吃饭的场所。但是，总

是吃快餐身体会吃不消。有些人不愿意自己在家做着吃，总觉得

是很麻烦的事情。就算在忙的人也要关心自己的身体，不能总吃

快餐，学一两手比较简单好学的菜做给自己吃。下面就跟我一起

来学笋干菜的做法。

做法

1将笋干提前浸泡开，去除盐份，然后切成小段

2开洋在酒里浸润一会软，笋干切成小段

3高写我的妈妈作文 汤是我自己煮的猪手排骨浓汤，加入使得笋段添润鲜

4然后将笋干和开洋加清水和高汤大火开中火慢慢煮炖

5等开洋软笋干润，加少量盐鸡精即可

小贴士

笋干由于含有多多种维生素和膳食纤维，帮助消化开胃、防便

秘、清凉败毒，低脂肪、低糖、多膳食纤维的特点更是夏日减肥

佳品。

但是笋干分淡和多盐的,做前一定要泡学习方法指导 涨透,一方面去腌盐,

同时容易入"创业投资"味。笋干配上油润鲜香的肉类和海鲜同做，更添滋味。

学做这道菜不仅可以一饱口福，女孩子还可以减肥呦！男孩

子也可以健胃健脾，是很好的夏日小菜。这道菜做法很简单，而

且吃起来清爽可口，味道极佳。我也学会做这道菜不久，不过现

本文整理于网络，仅供阅读参考刷qq会员

在的手艺明显比之前好多了。这也是因为我经常做的原因，手法

就越来越熟练了。这也就是熟能生巧吧！不过还是掌握好手法才

是最重要的。如果社团用英语怎么说 就得口味不是很适合你，也可以根据自己的喜

好进行调整，做到自己最满意。

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