

## 炒面筋的做法

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/8ab76147a430845747930d3210644f4a.html>

范文网，为你加油喝彩！

水震-沙湖旅游景点介绍



2023年3月17日发(作者：热身活动)

## 夜市小吃制作方法全攻略

### 1、凉皮

1. 在面粉里加少量盐，和成面团，盖上湿布醒30分钟左右

2. 将上述所得面团放在一大容器里，加适量水，开始洗面筋，

在水中不停的揉捏面团，待容器里的清水混稠时，将其用滤网滤到另

外的容器里

3. 重复重复再重复，直到水不再浑浊，剩下那一下块黄黄的东东就

面筋啦，

在面筋里加点发酵粉抓匀，上蒸屉，足气蒸20分钟，晾凉后切片

（PS：也可以不蒸，用油炸下，然后炒着吃，味道也不错）

4. 然后就是所得面糊啦，让其静置分层，一般至少要沉淀3小时，

偶是头天晚上洗好，第二天才蒸的，面糊沉淀的时间越长，做出的凉

皮儿越筋道

5. 沉淀完成后，把上面的清水倒掉，冬天的太阳用勺子把下面的沉淀搅匀，就

可以蒸了。

6. 锅上火入水，待水沸，往模型（有专门蒸凉皮的模子，偶用的是

2

曲奇饼干的盒盖，效果还可以）

里刷少许油，舀一勺面糊倒入，面糊的多少由个人掌握，喜欢厚一点

儿的凉皮儿就多舀一点儿，

反之则少一些，把模型里的面糊荡匀，让模型底部均匀的盖上面糊。

然后把模型放入开水锅中，

盖上锅盖。火要一直保持大火，蒸大约5-6分钟，锅里的凉皮儿会慢

慢的鼓起大泡就好啦

7. 在恋丝 水池中蓄一池凉水，把模型放在里边漂着。也可以把模子倒置，

用冷水直接冲其底部，

这样效果要好些，等凉皮儿完全凉透，首行固定 表面刷一些油，就可以慢慢

剥下了，

按自己喜好切成条就好了。

再来就是调料：

大蒜水，辣椒油，糖少许，醋，香麻油（可根据个人口味），黄瓜（绿

豆芽烫过水也可以)

大蒜水：拨一两瓣大蒜，加少许水，用搅拌器打碎，然后加入少许盐

和味精，搅拌使其溶化

辣椒油的制作：

3

先把500克油烧热，同时在一个大碗里放1杯辣椒面，1~2大匙胡

椒粉，

一小撮白糖(千万别多)，1大匙白芝麻，不要搅，就按顺利这么放着。

等油冒烟之后关火，稍微晾晾，大概有个七八成热的时候就可以倒入

辣椒了。

先倒一半，用勺子搅匀，放2~3大匙花椒粉(或者是花椒粒)，再用勺

子搅匀，

然后另取一个小勺舀一点点凉水(也是千万不能多)倒入辣椒碗，搅

匀，

这个时候你会看见碗里象水开锅一样，但因为水很少，所以不会溅出

来。

搅匀后，再把剩下的油倒入，放凉即可。

## 2、米线

1.将鲜草鱼肉和鲜里脊肉，分别切成极薄的肉片待用（为防表面变干，

可以称码好不是我不小心简谱，蒙上保鲜膜）。

2.将沸腾的浓汤盛入保温的大碗，依次平放入鲜鱼肉片、鲜里脊肉片、

绿豆芽、榨菜和韭菜，放入生鹌鹑蛋，放盐和白胡椒粉。

4

3.放置2分钟后，再放入沸水烫过的米线，撒上香葱即可。

## 3、酸辣粉

1.配料：生抽、醋、小葱、香菜、油（平时炒菜用的）、油炸黄豆、

干辣椒面。将小葱少许切成葱花，香菜切碎，待用。油炸黄豆少许，

稍微弄碎待用。辣椒面放在不怕烫的碗里，将烧辣的油倒入碗中，

制成油辣子待用。烧开水，下红薯粉，将红薯粉煮软。红薯粉本来

就制过，不存在熟不熟的问题，但一定要煮软，才好吃。将煮好的粉

条挑入碗内，然后加入调料。调料：生抽少许、油辣子、醋（稍微

多放点)、碎花生、油、葱花、香菜通通放入。量用多少看各人口味

了。

## 2.酸辣粉的地道做法

做酸辣粉的步骤是非常简单的，关键就在于放料。

原料：粉条，葱末、姜末、蒜泥，豌豆尖、香菜、炸菜丝、香芹末、

酱油、醋、辣椒油、香油，猪油、炸酥的花生豆和黄豆，花椒粉、胡

椒粉、味精、鸡精，盐、芝麻，还有用鸡汤或骨头煲的老汤。

首先，把干粉条放进50到60度的水中，泡10分钟，把粉条泡软。

然后，再烧上一锅水，烧水的时候，拿一个大碗把芝麻、姜末、蒜泥、

香芹、花椒粉、味精、鸡精、胡椒粉、盐、酱油、醋、香油、辣椒油

放入碗中，再放入高汤、葱花和猪油，用来打底。当锅里的水开时，

5

把泡软的粉条放进锅内汤一下，大约半分钟就可以了，盛出放进有底

料的碗中，最后再把豌豆尖放到热水中汤一下，加上炸菜、司马懿简介炸酥的花

生豆和黄豆，还有香菜，地道的四川小吃酸辣粉就算做完了。

#### 4、娃娃鱼

将淀粉用水调稀,倒入一锅开水中,搅动一会就煮成一锅粘乎乎的了.

趁热将其经过漏盆滴如凉水中即可.

调料是:甜油(生抽)醋,香油,蒜泥,辣椒酱,香菜,大头菜粒,花生碎

多吃几次你就知道了.

#### 5、麻辣鸭脖子、头、爪子现在比较流行的嘿嘿

首先选料要严谨，一般的土鸭脖子很短，要选用英国樱桃谷鸭种，这

种鸭的脖子较一般的土鸭长而粗，当然还有产自内蒙古的塞飞亚、河

南的华英等品牌的鸭脖子，也是目前绍兴武汉鸭脖店所采用的原料。

鸭脖子处理的过程有一定难度，因为鸭脖子处有许多血管和腺体，如

不得法则腥味较重。据说制作时要用滴水的方法来冲洗。再则，鸭脖

子骨多肉少，形状不规则，所以要先在卤水里浸泡3-4小时，让其充

分入味。在烹煮过程中，由于鸭脖子本来肉就较少，容易煮烂，因此

控制火候是关键。而要使得鸭脖子香气浓郁、闻之诱人的话，香料的

投放也是蛮有学问的，要把千里香、小茴香、丁香等香料按比例分3

次投放到锅里，先用旺火烧开，再改用小火浸煮，使卤汁的滋味缓慢

6

地渗入到鸭脖子里。具体的操作过程，涉及机密，师傅不愿透露了。

最早听说武汉鸭脖是在电视剧《生活秀》中莱双扬以卖武汉鸭脖为生，

不过那时只能看而不能体会，如今，武汉鸭脖已来到了家门口，花上

十几二十元钱体会一下还是值得的。

#### 6、朝鲜冷面夏天应该可以赚一笔的嘿嘿

原料：菠萝块，黄瓜切丝，酱牛肉，冷面(在超市里就可以买到)。朝

鲜泡菜和专用的面汁。

作法：把从超市里买到的冷面在开水里抄上一分钟，捞出，在冷水中

过滤ie兼容模式 后，放在事先准备好的面汁里，然后再依次将各种调料放入，包

括：菠萝块、酱牛肉片、朝鲜泡菜、黄瓜条和香菜、另外，为了增加

营养，您还可以放入少量的芝麻，以及煮鸡蛋。这样，酸甜可口的朝

鲜冷面就做好了，您如果感兴趣的话，就不妨自己试试吧。

朝鲜泡菜:取一颗白菜，剥下几片叶子，然后在它们的表面撒满盐，

然后腌制两个小时，就可以了。两个小时后，把腌好的白菜叶子切碎，



再加入适量的盐、鸡精、味精、葱丝、姜沫、蒜泥和辣椒粉，搅拌均匀，

再静置一小会，就做成了朝鲜泡菜。

朝鲜冷面专用的面汁的做法:准备葱段和姜片，以及白醋和红醋，这

两种醋在超市里就可以买到。然后将葱段和姜片连同少许花椒和大料

放入锅内，加入少许水，开火将其煮开，我们看到锅里的汁都变成了

红色，然后将原料滤出，加入少许红醋和白醋，以及少量的盐、味精、

和糖，这样酸酸甜甜的面汁就做好了，下面只需将其放入冰箱镇凉即

7

可。

三大要素之——汤.冰水，加些酸酸的米醋，几滴酱油（千万莫多），

盐，糖，味素土家人，少许姜末、蒜末、香菜、黄瓜丝，以上为必须成分！

还可以个人喜好加入梨片、苹果丝、菠萝、胡萝卜丝啥的，好吃又好

看！（严重推荐东北特产水果——苹果梨又叫李苹果）

这是清汤，还有荤汤就是把冰水换成牛骨头或牛肉的清汤；好汤的

标准是：酸酸甜甜，清凉爽口，光喝汤献血后吃什么 都喝不厌汤成了，再加几块

冰，

7、还有就是小菜你弄点就可以了，海带丝水煮毛豆花生也不错那个

好弄你就弄点湖肉的东西还有辣椒滋然盐巴煮我自己就再家里

煮，其他的你自己考察考察祝愿你生意兴隆干什么都不容易啊我

还想自己做点什么呢主要你要不卖麻辣堂吧那个赚钱省事5毛

一串现在北京盛行呢街边，还有超市门口那里都可以的啊呵呵我

看看我有配方没有啊

麻辣烫配方1

佐料：川花椒，川胡椒，八角，桂皮，凉姜，香叶，草果，肉扣，白

糖，老抽

豆瓣酱，姜，葱

主料：嫩鸡腿，乳鸽（两只,视汤多少而定），猪骨，鸡骨，羊骨，水

牛肉，水牛肚

8

用油：猪油，牛油，菜籽油

制作：放菜籽油适量，油温六成，放白糖炒成流湖状，待油温上升直

到九成，下嫩鸡腿，待颜色成鲜红略重，加高汤，稍煮，放牛油，猪

油，鸡骨，羊骨，水牛肉，放卸载360安全卫士 川花椒，八角，桂皮，凉姜，肉扣，香

叶，草果，少许老抽，慢火轻炖。另起锅，放菜油，炒豆瓣酱出香味，

放姜末；待肉烂，汤成色，后三次除异味，汤成

辅料：金针菇，香菜，青笋等（在长沙的配料有很多种，各种荤素都

有）

佐味：蒜泥或麻油调和汁

热炒。

试试吧，应该可以的捎带烧烤应该是夏季不错的赚钱方式，那些你要

是不是厨师的话有点难度啊给你做法你也不会啊毕竟做饭也是靠熟

练度的啊。。。。。

更多 作文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发