

# 虾仁怎么做好吃（虾仁的四种家常做法）

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/b3c4336be6c35919ea09890a025cf779.html>

## 范文网，为你加油喝彩！

一、蛋黄烤虾——咸蛋黄营养丰富，含有丰富的卵磷脂、不饱和脂肪酸、氨基酸等人体生命的重要营养元素。咸蛋黄拌虾，味道咸鲜，外酥里嫩，口感丰富，味道鲜美。

用文佳学会的百科材料:虾10只，咸蛋黄3个，盐少许，糖半勺，白胡椒粉少许，酱油少许，料酒少许，植物油适量。

练习:

1.将虾去纱，用少许盐、料酒、酱油、糖、白胡椒粉抓匀，腌制片刻。

2.咸蛋黄压碎，葱花切末。我的咸蛋黄在real空包装，还是水煮咸鸭蛋。就拿蛋黄吧。

3.把腌好的虾多出来的水倒掉，用淀粉抓匀。

4.油温50%到60%热，大概150%。倒入虾，煎至八成熟。

5.取出沥干剩余的油备用。

6.热锅烧热油，爆香葱花，倒入咸蛋黄略炒。如果蛋黄太干，可以多加一点油而不是水。

7.倒入虾仁，快速翻炒至沾满蛋黄，即可食用。

二、小炒虾——适合夏天吃的小炒虾，不仅能补充因出汗而流失的钙，而且色泽鲜艳，口感鲜嫩，刺激食欲，荤素搭配，营养均衡。接下来我们来看看做法。

材料:虾80g，什锦饭50g，植物油1勺，蒜1瓣，盐半勺，料酒少许，酱油少许，白胡椒粉少许。

练习:

- 1.首先在冷水中解冻冻虾。如果用鲜虾去壳就更好了。我用的是野生的红虾，生的是带红丝的那种。
- 2.解冻后的虾仁沥干水分，用少许盐、料酒、白胡椒粉(去腥去腻)，抓匀腌制片刻，用过冷水解冻冷冻的什锦饭。
- 3.炒锅加一勺油，烧热爆香蒜片，然后倒入什锦饭，加少许盐炒至半熟。
- 4.将腌制好的虾沥干，倒入锅中，与什锦饭一起翻炒。
- 5.将虾炒至八成熟，关火，沿锅边点一点生味，搅拌均匀即可食用。

三、丝瓜炒虾球——丝瓜的吃法很多，可以炒，可以做汤，可以清蒸，都好吃。而我最喜欢的丝瓜做法就是炸虾球。虾肉很好吃，丝瓜很嫩，汤里拌着米饭。一点也不浪费。单位接收证明模板费，清爽可口。让我们看看文佳社会百科全书，看看如何做到这一点。材料:丝瓜1个，大虾若干，植物油2勺，盐1勺，酱油少许，料酒少许，鸡粉少许，白胡椒粉少许，葱花少许。

做法:1. 将大虾洗净，去头去壳，开背去沙纹，开背的边缘尽量切深，这样虾球炸的时候形早餐食谱状会更好。

2.用少许料酒、鸡粉、白胡椒粉抓虾，腌制片刻。丝瓜洗净，切成厚片。我用的丝瓜比较嫩，就没刮。丝瓜皮有清热解毒的功效，吃起来又甜又脆，但如果是老丝瓜，皮很难嚼，要刮掉。在锅里烧热油，爆香少许葱花。

#### 温馨短信

3.倒入虾，沿锅边点一点酱油，炸至虾球卷曲，但虾还是半透明的。此时虾已半熟，加丝瓜片。

4.加中秋节客户祝福短信入盐，将丝瓜炒至软熟。中间加了一点水，因为想配汤吃，没必要。

5.搅拌均匀即可食用。

4.炸虾——食材:虾十只，淀粉1大勺，盐半勺，鸡蛋1个，料酒少许，面包糠，植物油。

做法:1.解冻后用厨房纸巾吸干表面水分，加入少许盐和料酒，抓匀腌制片刻。2.往鸡蛋里加盐，打碎备用。同时，准备好淀粉和面包屑。3.将虾放入淀粉中翻滚。表面均匀蘸水1加3后，抖掉多余的。4.回到蛋液里，卷起来。5.用面包屑蘸表面。6.用这种方法包好所有的虾，同时加热油锅。7.油温180度左右时，将虾仁依次放入油锅中，微炸至表面金黄，浮起来后捞出。让它稍微凉一凉，你就可以吃了。

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)