

鲫鱼的做法大全

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/1677701818105913.html>

范文网，为你加油喝彩！

慢性胃炎的症状有哪些-各种各样的绳子



2023年3月2日发(作者：手机网页浏览器)

家常鱼有哪些做法

清蒸鲫鱼

原料：鲫鱼1.500克、姜丝、青椒丝、红葱片、茺荑片、鲜酱油、花生油。

做法：1、鲫鱼宰杀、洗净、擦干水分，随手抹点盐在鱼身上，然后将鱼放一长盘中。

2.在沸水锅里蒸鱼。把汤倒出来。如果汤很小，就留着吧。加入姜丝、青椒丝、红洋

葱片和茺荑；趁热将煮熟的花生油倒在鱼上，然后倒入新鲜酱油。

酸菜鱼

材料：鲤鱼1条，约1000克，陈年泡菜250克。赋形剂蛋清1

个，混合油40克，汤1250克，精盐4克，味精3克，胡椒面4克，料酒15克，泡

辣椒末25克，花椒10粒，姜片3克，蒜瓣7克。

方法：1。将鲤鱼的鱼鳞、鳃、剖腹和内脏取出，清洗干净，用刀取出两块鱼肉，将

鱼头劈开，将鱼骨头切成块。泡菜浸泡，洗净后切块。

2、将炒锅置火上，放少许油烧热，下入花椒料、姜片、蒜瓣炸出香味后，倒入泡青

酸菜煸炒出味，加汤烧沸，下鱼头、鱼骨，用大火熬煮。撇去汤面浮沫，滴入料酒去腥。

再加入精盐、胡相通面备用。

3.将鱼肉切成0.3cm的鱼片，加入精盐、料酒、味精和蛋清，搅拌均匀，使鱼片均匀

包裹一层蛋糊。

4、将锅内汤汁熬出味后，把鱼片抖散入锅。用另一锅入油烧热，把泡椒末炒出味

后，倒入汤锅内煮1至2分钟。待鱼片断生至熟，加入味精，倒入汤盆子中即成。

烤鱼

原料：活鲳鱼1000克1尾，细面条250克，甜酒酿75克，香葱末50克，细姜末15

克，豆瓣酱15克，绍酒15克，米醋3克，泡辣椒沫5克，酱油10克，精制盐少许，白

糖5克，味精2克，水淀粉20克，精制油300克耗15克。

方法：1。去除鱼鳞和鳃，切开内脏，取出鱼卵，与鱼一起清洗，擦干水，仍将鱼卵

塞入鱼腹，在鱼背两侧刻一个直刀图案。

2、将面条投入沸水锅里煮熟捞出，用凉水;中冷，分放10只味碟里备用。

3.将煎锅放在中火上，放入150克油加热，将盘中的面条扣入热油中，煎黄面，取出

材料盘，翻转面条，然后煎黄面，倒出另一面，沥干油，备用。

4、炒锅放旺火上烧热，用油润滑锅壁后，放精制油烧热，将鱼身抹匀酱油待片刻，

投入热油里两面煎微黄色，倒出沥去油，锅里再放油100克，下泡辣椒末、豆瓣酱炒出红

油，再下甜酒酿、葱姜末炒散后盛出四分之三备用。

家常水煮鱼片

主料：草鱼，黄豆芽

调味品：生姜、大蒜、盐、料酒、淀粉、蛋清、胡椒、干红胡椒、八角、肉桂、香叶、

酱油、糖、胡椒

做法：

- 1.取下带骨鱼体，将鱼皮面朝下放在砧板上，菜刀从鱼头向鱼尾倾斜，形成鱼片。
- 2、片好的鱼片里加入适量盐，料酒，淀粉，蛋清抓匀腌10分钟左右。
- 3.用水煮沸，加入少许盐，待水煮沸后将豆芽煮熟，取出沥干水，铺在碗底。
- 4、热锅上油，油热后，放入八角，桂皮，香叶，干红辣椒段，花椒，小火炒香后把香料捞出只留底油。
- 5.用热油爆香姜蒜片，加入切碎的豆瓣酱，第4步倒入一半的炒香料，炒至红油。
- 6、再倒入适量清水，水煮开后加入酱油，盐，少许白糖，胡椒粉让它继续沸腾1到2分钟。
- 7.下到第2步腌制的鱼片。几秒钟后，用筷子把它们拔出来。鱼片在沸水中变色后，连同豆芽一起倒入碗中。
- 8、另取净锅烧热油，把另一半的香料倒入逼出香味，连油一起泼在鱼片上即可。

红烧鲫鱼

材料：鲫鱼;配料：姜，蒜，醋，生抽，老抽，味精青红辣椒适量。做法：

1.将鲫鱼洗净，在鱼身上画三把斜刀，在鱼身内外撒盐，在鱼肚子里放入少量姜丝，

撒上材料，用酱油、酱油和味精腌制20分钟。

2、炒锅洗净，用姜擦一遍.坐锅热油，油热以后将控干水份的鱼放入煎。煎好一面翻另一面。

3.两面煎好后，将鱼移到锅的一侧，倒入姜丝、蒜末和辣椒，翻炒，并倒入少量醋和酱油。

4、炒匀后加适量高汤或水，大火煮至鱼熟即可调味出锅。

提示：

1、鲫鱼煎好后，要往热油内洒少许盐，再放入鱼籽煎至金黄色，否则鱼籽

空气中的水太多，很容易爆炸并灼伤人。

2、鲫鱼要先拭干水，抹上一层生粉，锅烧热后用姜片抹一遍，再倒油来煎鱼就不容易脱皮了。

3.鲫鱼的泥味很重。刮鳞、拔鳃、剖腹手术后，应将鳃后喉部的牙齿拔掉，彻底消除鲫鱼身上的泥味。

4、鲫鱼煎炸和炖煮时，手要轻巧一点，太用力的话，很容易将鱼身弄断，将鱼皮弄破，影响成菜的外观。

剁椒鱼头

材料：胖头鱼头，红剁椒

调味品：盐，醋，料酒，姜，洋葱

做法：

- 1.腌制：将肥鱼头洗净，从鱼口中间打开，涂上盐、醋和料酒，腌制几分钟。然后把姜丝放在鱼头的顶部和底部，并在表面铺一层切碎的胡椒粉。
- 2、蒸：蒸锅放水，烧到水开后，把准备好的鱼头放进去蒸15分钟左右。
- 3.倒油：出锅后，撒上葱花，取净锅，烧热油，倒在蒸好的鱼头上。

更多 实用文体 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发