

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



时间就像海绵里的水，只要
愿意挤，总还是有的。

——
鲁迅

清蒸鲫鱼

原料：鲫鱼1.500克、姜丝、青椒丝、红葱片、芫荽片、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、红洋葱片和芫荽；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，把泡辣椒末炒出味

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，用凉水冲冷，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](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发