

蒸一蒸就上桌 吃了还想吃,鲜香还解馋

■ 指 间

有什么菜做起来简单方便又美味呢?少不了蒸菜,一锅同时可以出几道呢,非常的方便,也不用担心做好的菜会变凉,是健康实用的家常美食哦。

清蒸水晶萝卜卷



步骤:准备适量的瘦肉剁碎,马蹄(荸荠、地梨)切碎和胡萝卜切丝,放进瘦肉碗中,接下来进行调味:少许生抽、几滴料酒、适量蚝油、适量盐、适量玉米淀粉搅拌均匀,放一旁备用。

准备一根白萝卜取中间一段,削去外皮,切薄片,放进开水中,烫至变软(萝卜放入开水里余烫去除涩味)捞出备用。

取一片萝卜皮放上马蹄猪肉馅,卷成卷,收口朝下摆在盘中

水开上锅,隔水蒸 10 分钟,蒸熟,淋上香油和少许生抽,撒上香葱,即可食用。

蛤蜊蒸蛋



步骤:鸡蛋打散,加入和蛋液同等量的凉开水或纯净水,搅打均匀。

花蛤吐沙洗净,放入锅中煮至微微开口后捞出。

把花蛤摆入盘中,煮花蛤时不要煮得太开,摆盘时才好看也好摆。

把蛋液过筛倒入盘中,蛋液不要漫过花蛤,撇去中间的泡沫。

盖上保鲜膜,用牙签扎上小眼或者盖上一个盘子盖住。

蒸锅水开后放入锅中,蒸 12 分钟,出锅后撒上葱花,倒入生抽和香油。

粉蒸排骨



步骤:排骨 2 根洗干净切成段,反复清洗,不需要焯水的,接下来进行调味,味极鲜酱油、老抽、料酒、蚝油、甜面酱、腐乳汁、糖、胡椒粉、姜加到控干水分的排骨中。

腌制好的排骨加入适量蒸米粉和食用油拌匀,裹的米粉多少可以根据自己喜好,喜欢糯糯米香的就多裹点,喜欢肉香的就少裹点。

上高压锅,下面垫好蒸架,排骨碗入高压锅,上汽改小一点火蒸个 20 分钟,完成,出锅撒上葱花,点缀下。

香菇酿虾仁



步骤:将新鲜香菇清洗,去除根蒂后用开水焯一下,再用冷水冲洗干净备用。

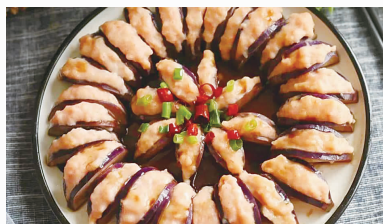
将虾仁和猪肉剁成蓉。

加盐、生抽、料酒、胡椒粉、生粉后充分揉匀静置 10 分钟备用。

把腌渍好的肉馅塞进香菇里压实。

装盘上大火蒸 15 分钟左右,出锅前撒上葱花和香油即可。

虾滑酿茄子



步骤:茄子洗干净,从中间竖着切开。然后切成半圆形的茄子夹。

大虾取虾仁,剁成虾泥备用。

在虾泥里放入 1 勺料酒,1 勺盐,适量胡椒粉,半个鸡蛋清,1 勺淀粉,沿着一个方向搅匀。

把做好的虾泥塞进茄子夹中,把茄子夹依次摆入一个圆盘,摆成一朵花的形状。

把圆盘放入蒸锅,水开后蒸 10 分钟,蒸到虾泥变红就可以了。

蒸好之后取出来,上面放上葱花和辣椒圈,淋点蒸鱼豉油调味,最后烧一些热油淋在上面淋出香味。

油豆腐塞肉



步骤:把肉馅放入碗中,加入葱姜末,淋入 1 勺生抽、1 勺盐、1 勺五香粉拌匀。

准备油豆腐,把肉馅塞入油豆腐当中,然后摆入盘中,上蒸锅蒸 15 分钟,把肉馅蒸熟。

锅里倒一点点油,放入 1 勺生抽、1 勺白糖、1 勺胡椒粉,适量水淀粉,熬至浓稠。

把熬好的料汁淋到蒸熟的油豆腐肉馅上面,撒点葱花,就可以了。