

凤尾菇怎么做好吃

油炸凤尾菇的做法步骤1. 把大的凤尾菇用手撕成小条2.

把新鲜的凤尾菇焯水，用大量清水洗干净。3.

加入面粉和鸡蛋，搅匀，要是觉得干的话可以加少量水。4.

加入盐，黑椒粉，花椒面等调料，想吃辣的也可以加入辣椒面，我这里没加。5.

锅中放入油，等油七八成热的话，加入调好味的凤尾菇了。6. 放入凤尾菇，放入时记得搅开啊，以免都粘到一起，然后就是等了，时不时看看，等到炸到硬硬的就可以出锅了。7. 出锅了，然后重复上面的步骤，多炸几锅，就可以了。8. 最后完全出锅的样子，喜欢干一点的就炸的干点，不喜欢的就软一点就可以出锅了！

凤尾菇的做法大全，凤尾菇怎么做好吃

姜可放可不放的，我做凤尾菇肉片汤的时候就不放姜~打火锅的时候也不放姜，嘻嘻~推荐几道凤尾菇做法给你~~（一）素炒凤尾菇主料：凤尾菇500克调料：姜5克,葱白5克,香油5克,盐4克做法：1. 将凤尾菇剪去菇脚，洗净，把大朵的凤尾菇切成小件，用开水拖过，滤干水分备用；2. 姜切丝；3. 起油锅，下油，下姜丝、葱白爆香，放入凤尾菇，调味，下芡粉炒匀，上碟淋麻油即可。（二）清蒸凤尾菇原料：鲜凤尾菇500克，精盐3克，味精2克，鸡汤适量。制作：1、将凤尾菇去杂洗净，用手沿菌褶撕开，使菌褶向上，平入在汤盘内。在撕凤尾菇之前，最好下入沸水中烫一下，以起到杀菌消毒作用。2、在盛凤尾菇的羊盘内菌菇上，加入精盐、味精、香油、鸡汤，置笼内清蒸，蒸熟后取出即成。（三）凤尾菇清炖鸡一、原料。1.主料：鲜凤尾菇500克，鸡1只（重约1000克）。2.调料：料酒、精盐、葱段、姜片、麻油、胡椒粉。二、制法：1.鸡宰好，去毛，去内脏，下沸水锅焯一下，捞出斩块，放入热油锅炸至皮金黄色。将凤尾菇去杂洗净撕片。2.将鸡块、料酒、精盐、葱、姜、凤尾菇放入炖盅内，加入鸡汤，放入笼内蒸鸡肉熟，取出淋上麻油即成。按：此菜以温中益气、补精填髓的滋补佳品鸡肉配以滋补强身的凤尾菇，其滋补作用增强。可作为气、血、精、阴虚亏所致的一切虚症的营养保健菜肴。老少皆宜，常食之能滋补强身。但痰热内蕴、外感发热均应忌食。（四）凤尾菇炒肉丝一、原料：1.主料：鲜凤尾菇500克，猪瘦肉250克。2.调料，料酒、精盐、酱油、葱花、姜丝、白糖。二、制法：1.将凤尾菇去杂洗净，切成条。将猪肉洗净切丝。2.锅烧热放入肉丝煸炒至水干，加入酱油煸炒，再加入精盐、料酒、白糖、葱、姜和适量水，煸至肉丝熟。加入凤尾菇条炒至入味即可。按：凤尾菇炒肉丝，猪瘦肉能补肾气，解热毒。凤尾菇含较丰富的维生素C，有助于增强人体免疫功能。凤尾菇还含有一些生理物质，具有诱发干扰素的合成，增强人体免疫功能而防癌。常食之能树人体正气，防病抗病而身体健康。（五）凤尾菇烧肚片一、原料：1.主料：鲜凤尾菇400克，猪肚400克。2.调料：料酒、精盐、味精、葱花、姜末、肉汤。二、制法。1.将猪肚冲洗后翻转，用盐擦搓内膜，用温水洗过，放入沸水锅内焯一会

，捞起刮去内膜，再放入沸水锅焯一会，捞出洗净，斜切成片。将凤尾菇去杂洗净撕片。2.将猪肚放入锅中，加入肉汤烧沸，用小火炖烂，放入料酒、精盐、葱花、姜末、味精、凤尾菇，烧至凤尾菇、猪肚入味即成。按：此菜以补气健身、降压、抗癌的凤尾菇配片温、补虚损、健脾胃的猪肚为主料经烹制而成，可作为虚劳羸瘦、食少乏力、气血不足，或高血压、癌症病患者的辅助食疗菜肴使用。（六）凤菇猪脑一、原料：1.主料：鲜凤尾菇500克，猪脑1个。2.调料：料酒、精盐、味精、葱段、姜片、麻油、肉汤。二、制法：1.将凤尾菇去杂洗净，放入沸水锅内焯透，捞出撕成片。将猪脑洗净，剥去脑膜，放在碗内。2.锅中注入肉汤，放入猪脑、料酒、精盐、葱段、姜片、味精，中火烧沸，改为小火炖，加入凤尾菇，炖至猪脑熟透，凤尾菇入味，拣出葱姜，出锅装碗即成。按：此菜以补中益气、减脂、降压、抗癌的凤尾菇配益阴血、补髓、止眩晕、治头风的猪脑。可作为肝肾精血亏虚所致头昏、耳鸣、偏正头痛，或脑振荡后遗症之头昏、头痛，或年老肝肾亏虚的头晕、耳鸣等病症的辅助治疗食品食用。综述就是，有些菜需要放姜，煮汤的时候嘛就看个人喜好啦~~中医认为凤尾菇性平味甘，不是性寒的，所以姜片放不放没有太具体的讲究的，麻辣锅和涮涮锅的凤尾菇就没有姜~~