



年夜饭，咱们这么做

春节即将来临，中国人说过年，很大程度上过的就是一顿年夜饭。全家人真正意义上的团聚，就在这顿热烘烘暖洋洋的聚餐上。对于年夜饭，咱们过年最讲究菜式的吉祥意义，希望借全家团聚的机会说出心中的祝福和愿望，所以把很多菜式都冠以喜庆意味的经典菜名，比如年夜饭中不能缺少的鱼意味着“年年有余”，吃鸡代表“吃鸡起家”，香菇象征金钱，发菜音同“发财”等等，自己做年菜自然也少不了要做一些经典的菜式，让过年的气氛洋溢在席间。小编特地搜寻了几道特色年夜饭，并将材料和做法一一列举，只要认真学习，任何人都能成为年夜饭大厨。

大盘鸡

材料：三黄鸡一只或半只，土豆2—3个，干辣椒适量，辣椒2—3个，花椒，大料，酱油，葱姜蒜，白砂糖，

做法：

- 1、鸡剁块，过水，控干。
- 2、锅内加油，稍微热下就加糖，小火不停搅拌。
- 3、烧至微微起泡时倒入控干的鸡块，翻炒至上色。
- 4、然后加入葱姜蒜，干辣椒和其他调料。
- 5、等鸡肉炒出水分后加入土豆翻炒，然后倒入水。大火烧开，小火炖烂。
- 6、等土豆炖熟了，就可以加青椒搅拌均匀出锅了。



大盘鸡



糖醋鲤鱼



拔丝地瓜



油焖大虾



拌三丝



西芹百合炒腰果



红烧肉



红烧茄子

手勺不断浇热油，呈金黄色，壳硬成型就可以了。把鱼捞出试盘，如果鱼站不住可以用炸糊配一个支撑使鱼立稳。然后待油温升高将鱼复炸一次。

8、将炸好的鱼摆入盘中立稳。

9、复炸鱼的同时另起锅小火烧热底油，爆香葱姜蒜末，放入米醋、白糖化开，加入番茄酱炒匀。

10、水淀粉中加些生抽勾

芡，至芡汁浓稠、透明、均匀。

11、小心将糖醋汁浇在鱼身上，撒上些松子仁和脆青豆装点一下，完成。

油焖大虾

材料：海虾1斤，姜丝一小把(宜多不宜少)，白糖2大匙，盐1小匙，番茄酱2大匙，橄榄油普通炒菜用量

做法：

1、去除虾线。沿虾背脊剪开一条口子，取出虾线。将去除虾线的虾用水洗净，并将水沥干。

2、姜切丝，备用。

3、热锅凉油，待油八成热放入姜丝煸炒，爆出香味后倒入大虾煸炒，虾变红后加入盐和糖继续煸炒，盖锅盖焖一下，然后倒入适量番茄酱翻炒均匀就可以出锅了。

红烧肉

材料：带皮五花肉400g，食用油少量，盐少量，味精，料酒，姜汁，生抽，老抽，白糖1勺，肉蔻2个，桂皮1根，川椒2个，香叶3片，八角3个

做法：

1、带皮五花肉洗干净放入沸水锅中余水片刻捞出(这样便于切块)

2、将肉切成大小适中的块状，再次放入沸水锅中余去血水，捞出沥干水分。

3、锅中少油，放入白糖、生抽、老抽中火熬到糖起泡。

4、放入葱段，倒入姜汁和料酒煸炒出香味。

5、倒入五花肉翻炒均匀至每块肉都上色，继续煸炒，要让五花肉的油脂煸出，将煸出的油倒出。

6、锅中填入适量清水，将调料装入调料包放入锅中，香叶、桂皮也一起放入，撒少许盐大火烧沸，转小火煮1个半小时，待肉烧透汤汁浓稠，撒入味精出锅即可。

拔丝地瓜

材料：地瓜、绵白糖、植物油。

做法：

1、地瓜去皮，切滚刀块。

2、起油锅，油温5~6成热时，放入地瓜炸至表面金黄捞出控油。

3、锅里留少许底油，放入绵白糖，用勺子不断地推动糖至完全融化，变成浅褐色。

4、马上倒入炸好的地瓜，颠勺，或者用勺子快速地翻动地瓜，让地瓜迅速地裹上糖，然后盛出就可享用了。

西芹百合炒腰果

材料：腰果适量，姜蒜少许，西芹200克，新鲜百合一

包，盐少许。

做法：

1、西芹洗净切好备用。
2、新鲜百合买回来很脏，掰开一片片洗净备用。

3、腰果用冷锅冷油用小火慢慢炒变色就可以了。一定要用小火，待变色后即取出，否则易糊。

4、锅里放入姜蒜炒香，把西芹百合一起倒入锅里大火快炒，放盐，放鸡精再翻炒几下关火。

5、最后把炒脆口的腰果倒入锅里拌炒几下就可以出锅了。

红烧茄子

材料：茄子2根，肉末100克，青椒1个，西红柿1个，蒜10克，葱10克，盐5克，料酒15克，白糖15克，味精3克，鸡粉3克，胡椒粉5克，番茄酱10克，蚝油5克，生抽10克，醋10克。

做法：

1、茄子去皮，洗净切滚刀块。

2、青椒去蒂去筋膜去辣椒籽后切块，西红柿洗净切块。

3、蒜葱切沫，取小碗，放15克淀粉，加生抽10克，醋10克，加适量水调成芡汁备用。

4、锅内下30克色拉油，大火将油烧至7成熟，放入茄子煎至微黄后取出备用。

5、用余油大火加热至7成热，放入肉末100克，大火翻炒，炒至肉末变色，放入番茄酱10克，盐5克，味精3克，鸡粉3克，白糖15克，胡椒粉5克，蚝油5克，加入调好的水淀粉，开始熬汁。

6、待汤汁大火炒出香味，放入炸好的茄子，下青椒丝，西红柿块大火翻炒，青椒炒至断生即可。

拌三丝

材料：胡萝卜、青萝卜、白萝卜三种萝卜，葱丝木耳适量，蒜一粒，盐半勺，糖一点点，陈醋半勺，白醋两滴。

做法：

1、将三种萝卜分别切丝，切完分别用水静泡一分钟，蒜切末。

2、将泡好的萝卜丝都放在一起，撒入蒜末。

3、之后加入半勺盐，一点白糖，半勺陈醋、两滴白醋，搅匀。