

大家好，今天给各位分享小鱿鱼的做法的一些知识，其中也会对白灼小鱿鱼的做法进行解释，文章篇幅可能偏长，如果能碰巧解决你现在面临的问题，别忘了关注本站，现在就马上开始吧！

本文目录

1. [鱿鱼简单的家庭做法](#)
2. [赶海小鱿鱼做法](#)
3. [小红管鱿鱼做法](#)
4. [家常鱿鱼的作法最简单](#)

鱿鱼简单的家庭做法

食材：

主料:鱿鱼500g

调料:食盐适量,生抽适量,老抽适量,调和油适量,鱼露适量。

- 1、鱿鱼去内脏去黑皮洗净。
- 2、切开摊平，刻十字花刀。
- 3、切成小块。
- 4、青红椒和姜切片。
- 5、锅里放底油，烧热后放入姜片。
- 6、下鱿鱼翻炒。
- 7、放入青红椒。放料酒、鱼露、生抽、老抽。
- 8、成品出锅。

赶海小鱿鱼做法

用料：

鲜鱿鱼、西兰花、西红柿、青红黄椒、姜、蒜头、葱、干辣椒、黑胡椒碎、蚝油、盐、糖、米酒。

做法：

- 1：将鱿鱼的红褐色表皮撕掉，掏出肚内类似塑料片的脊椎骨；
- 2：将鱿鱼剖开，里面朝外，呈45度角、间隔3毫米轻划斜刀；
- 3：划完后以之前的划线呈90度角、间隔3毫米轻划斜刀；
- 4：然后将划好的鱿鱼片先切成条，再切成片；
- 5：锅里烧开水，放入鱿鱼片氽烫，看到鱿鱼片卷曲立即捞起，浸泡在冰水里；
- 6：西兰花、青红黄椒、西红柿整理成合适的小块；
- 7：姜、蒜头、葱切成合适的小段；
- 8：锅烧热后加入适量油，爆香姜、蒜头、葱白、干辣椒段，然后放入西兰花、青红黄椒、西红柿块翻炒，稍顷加入盐、黑胡椒碎、糖继续翻炒后加入适量的蚝油，炒匀；
- 9：最后加入沥干水份的快速鱿鱼翻炒，喷入适量米酒炒匀之后出锅。

小红管鱿鱼做法

食材：红管鱿鱼300克、葱姜蒜适量、生抽10克、料酒10克、胡椒粉3克、盐3克、蚝油8克

做法：

- 1，红管鱿鱼处理干净
- 2.接着把红管鱿鱼切成条
- 3.加入盐，生抽，料酒，蚝油，胡椒粉
- 4.接着放入切好的葱姜蒜

5.用手给它抓匀，放置20分钟

6.蒸锅放入适量水

7.待水烧开之后再放红管鱿鱼

8.大火蒸五分钟即可

9.撒上葱花香菜，美味即成

家常鱿鱼的做法最简单

步骤/方式1

准备食材

步骤/方式2

鱿鱼撕掉薄膜、去除内脏，冲洗干净后，切圈。

步骤/方式3

大蒜切碎，生姜、洋葱、青椒、红椒切片，干辣椒切段。

步骤/方式4

锅里放水，加入生姜和料酒，煮至锅底开始冒出小泡。放入鱿鱼焯水，10秒左右立刻捞出。

步骤/方式5

另起一个锅，放入适量的油烧热，把大蒜、生姜、干辣椒炒香。加入黄豆酱，翻炒均匀。放入洋葱、青椒、红椒，翻炒断生。

步骤/方式6

调制大火，放入鱿鱼，翻炒几下。倒入料酒、蚝油、糖、胡椒粉，快速翻炒均匀。

步骤/方式7

淋入一小碗比较稀的淀粉水，翻炒均匀，让锅里的食材都裹上薄薄的玻璃芡。最后淋入少许明油，拌匀后盛盘。

步骤/方式8

开吃了

关于小鱿鱼的做法的内容到此结束，希望对大家有所帮助。