超级好吃的5道下饭菜，做法简单易学，厨房小白也能做

“从手到口，从口到心，中国人延续着对世界和人生特有的感知方式。只要点起炉火，端起碗筷，每个平凡的人，都在某个瞬间，参与创造了舌尖上的非凡史诗。”

一、酸菜鱼

准备食材：酸菜、草鱼、鸡蛋、姜丝、蒜末、葱花、泡椒、干辣椒、花椒

做法步骤：

1、酸菜一包切成段，用清水多清洗几遍，再控干水分备用。

2、草鱼一条剔除鱼骨，再将鱼骨剁成小块，鱼肉片成薄片，再将片好的鱼肉片加入一勺盐，抓拌均匀，腌制一分钟。

3、再将腌制好的鱼肉片用清水多清洗几遍，清洗掉鱼片上的粘液，再控干水分，加入少许盐和胡椒粉，抓半至鱼肉上劲，然后再放入一个蛋清，最后加入一勺淀粉，抓拌均匀，鱼片就腌制好了。

4、锅中烧油，油热放入鱼骨，煎两面金黄，放入适量的姜丝、葱花、泡椒，切好的酸菜一起炒出香味，加入适量的开水，大火煮10分钟，煮至汤汁浓白，加入一勺盐，一勺鸡精，一勺白醋，然后捞出鱼骨垫在盘底。

5、放入鱼肉片，中小火煮三十秒，捞出放在鱼骨上，再放入少许干辣椒、花椒、葱花、蒜末，淋入热油炝香即可。

二、凉拌洋葱丝

准备食材：洋葱、木耳、蒜、红椒、香菜、芝麻

做法步骤：

1、洋葱一个，切成均匀的细丝，放入盆中，加入适量的凉白开，加入一勺盐，一勺白醋，浸泡十分钟，挤干水份后放入碗中。

2、锅中烧水，水开放入泡好的木耳焯烫一分钟，捞出沥干水分放入碗中。

3、碗中加入适量的蒜末和红椒丝，加入一勺盐，一勺白糖，一勺生抽，一勺陈醋，一勺芝麻，一勺香油，一勺辣椒油，少许香菜，抓拌均匀即可。

三、蒜蓉粉丝蒸大虾

准备食材：大虾、粉丝、葱、蒜、小米辣

做法步骤：

1、大蒜瓣和小米辣各一百克，搅拌机搅成蒜蓉，锅中烧油，油温两成热，放入蒜蓉小火熬至八成熟，再加入一勺生抽，一勺蚝油，搅拌均匀，熬成蒜蓉酱。

2、清洗干净的大虾两百克，剪掉虾须，再去掉外壳，背上来一刀去掉虾线。

3、泡好的粉丝中加入一勺蒜蓉酱，搅拌均匀，放入盘中，再摆上大虾，均匀的铺上蒜蓉酱，放入蒸锅，盖上盖子，上汽蒸八分钟，放入葱丝，淋入热油激发出香味，再淋入一勺蒸鱼豉油即可。

四、炝拌花生米

准备食材：花生米、芹菜、葱、姜、蒜、小米辣、香菜、八角

做法步骤：

1、花生米两百克，用温水浸泡半个小时，锅中烧水，水开放入泡好的花生米，放入入葱段、姜片、八角，一勺盐，煮十分钟捞出自然放凉。

2、锅中水开，放入适量的芹菜段，加入少许食用油和一勺盐，焯烫二十秒捞出来投凉，然后控干水分，放入盆中。

3、盆中加入少许姜末、蒜末、小米辣，一勺盐，一勺味精，一勺生抽，一勺陈醋，少许香油，适量的香菜段，抓拌均匀即可。

五、土豆烧肉末

准备食材：土豆、肉末、葱花、蒜末、姜末、小米辣

做法步骤：

1、土豆两个去皮洗净，改刀切成小块，锅中油热，放入土豆煎至表面金黄熟透，盛出备用。

2、另起锅烧油，放入少许葱花、姜末、蒜末、小米辣，翻炒出香味，再放入肉末五十克，炒散炒熟后加入一勺料酒，半勺老抽，炒至上色。

3、倒入煎好的土豆，加入一勺盐，一勺鸡精，一勺生抽，淋入少许水淀粉勾芡，翻炒均匀撒入少许葱花即可。