



大厨精选爆款菜  
让你做菜不再求人  
色香味大幅提升  
分分钟做出幸福美食

新鲜食材巧妙混搭  
掌握调味秘诀  
轻松玩转百变花样  
每天吃都不会腻

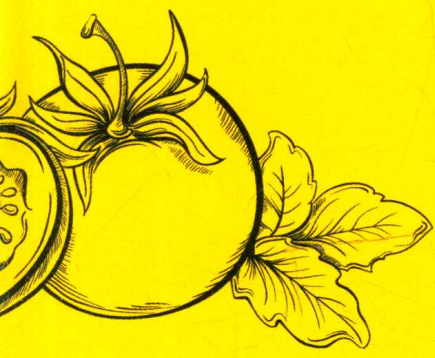
百吃不厌

# 家常菜

拿手

瑞雅 编著





# 家常菜

拿手

瑞雅 编著

百吃不厌



## 图书在版编目(CIP)数据

拿手家常菜百吃不厌 / 瑞雅编著. —北京: 中国  
纺织出版社, 2015.10

ISBN 978-7-5180-1918-2

I. ①拿… II. ①瑞… III. ①家常菜肴-菜谱 IV.  
①TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第198588号

---

责任编辑: 穆建萍      责任印制: 王艳丽

---

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼    邮政编码: 100124

销售电话: 010-67004422    传真: 010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京市梨园彩印厂印刷    各地新华书店经销

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://weibo.com/2119887771>

2015年10月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16    印张: 16

字数: 161千字    定价: 29.80元

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



## 第一章

# 清爽蔬菜

### 白菜

- 2 炆炒大白菜
- 2 白玉卷
- 3 醋溜辣白菜
- 3 腐乳白菜
- 3 辣白菜烧豆腐

### 圆白菜

- 4 手撕圆白菜
- 4 花生拌圆白菜
- 5 皮蛋圆白菜
- 5 香辣圆白菜
- 5 凉拌圆白菜

### 油菜

- 6 蚝油豉汁油菜
- 6 油菜拌鲜菇
- 7 炆拌小油菜
- 7 海米油菜
- 7 松子油菜

### 菠菜

- 8 奶酪菠菜
- 8 肉酱菠菜
- 9 枸杞子拌菠菜
- 9 菠菜拌蛋皮

### 苋菜

- 10 苋菜煎黄瓜
- 10 上汤苋菜

### 娃娃菜

- 11 川式娃娃菜

- 11 扒油娃娃菜

### 茄子

- 12 鱼香茄子煲
- 12 蒜泥茄条
- 13 椒香茄片
- 13 酱爆茄条
- 13 素煎茄片

### 土豆

- 14 干煸土豆丝
- 14 香辣土豆丝
- 15 椰香土豆泥
- 15 洋芋搅团

### 山药

- 16 凉拌山药
- 16 山药火龙果

### 魔芋

- 17 凉拌魔芋丝
- 17 芥末魔芋丝

### 荸荠

- 18 剁椒豆豉蒸荸荠
- 18 荸荠紫菜汤

### 冬瓜

- 19 鲍汁冬瓜
- 19 鸳鸯冬瓜

# 目录



## 西葫芦

- 20 糖醋西葫芦丁  
20 鸡蛋炒西葫芦

## 苦瓜

- 21 蜜汁苦瓜段  
21 梅菜拌苦瓜

## 南瓜

- 22 百合蒸南瓜  
22 尖椒炒南瓜  
23 香拌南瓜条  
23 香辣南瓜块  
23 凉拌大枣南瓜

## 黄瓜

- 24 酸辣黄瓜  
24 川辣黄瓜  
25 腐乳腌黄瓜  
25 叉烧肉拌黄瓜  
25 醋拌黄瓜

## 丝瓜

- 26 火腿榄菜炒丝瓜  
26 剁椒蒜蓉蒸丝瓜  
27 咸蛋丝瓜  
27 脆皮丝瓜

## 玉米

- 28 肉香烤玉米  
28 培根玉米  
29 玉米碧绿沙拉  
29 山楂玉米  
29 松仁玉米

## 莴笋

- 30 葱油莴笋  
30 泡椒炒莴笋

- 31 山药炒莴笋  
31 莴笋两吃

## 莲藕

- 32 麻辣藕丁  
32 香辣藕条  
33 红油藕片  
33 冰糖桂花糯米藕

## 莲子

- 34 雪菜莲子  
34 莲子烩菠菜  
35 水晶莲子羹  
35 雪梨双莲汤  
35 莲子桂圆汤

## 竹笋

- 36 酸辣脆笋  
36 沙拉笋  
37 冬日小菜  
37 红油脆笋

## 芦笋

- 38 白果炒芦笋  
38 XO 酱拌芦笋  
39 芦笋玉米百合  
39 糖醋笋丝  
39 烤培根芦笋卷

## 番茄

- 40 番茄炒菜花  
40 梅香小番茄  
41 皮辣红  
41 番茄鸡蛋青椒盅

## 芹菜

- 42 芹菜烧豆渣  
42 芹菜拌豆丝

43 芹菜炒黑木耳  
43 芹菜胡萝卜碎  
43 芹菜肉蛋汤

### 西蓝花

44 西蓝花炒胡萝卜  
44 西蓝花炒百合  
45 西蓝花烩双菇  
45 蘑菇拌西蓝花

### 百合

46 蜂蜜苦瓜百合  
46 冰糖百合汁

### 香椿

47 香椿豆腐  
47 油炸香椿

### 茼蒿

48 麻辣茼蒿  
48 香蒸茼蒿

### 苦菊

49 芝香苦菊  
49 紫甘蓝拌苦菊

### 毛豆

50 盐水毛豆  
50 红椒炒毛豆

51 下酒毛豆花生  
51 肉香毛豆

### 豆芽

52 三色豆芽  
52 豆芽拌紫甘蓝  
53 炆拌猪肉冬笋豆芽  
53 火腿豆芽  
53 豆芽焖豆泡

### 四季豆

54 干煸四季豆  
54 橄榄四季豆

### 豇豆

55 姜汁豇豆  
55 凉拌豇豆

### 胡萝卜

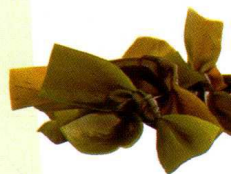
56 胡萝卜炒蛋  
56 糖醋胡萝卜

### 蚕豆

57 酒鬼蚕豆  
57 酸菜蚕豆

### 海带

58 蒜香海带丝  
58 银芽海带丝



## 第二章

## 菌菇类和豆制品

### 香菇

60 香菇鸡蓉青瓜卷  
60 寿喜鲜菇

61 火腿鹌鹑蛋焗香菇  
61 青椒炒香菇  
61 油醋香菇

## 杏鲍菇

- 62 香辣杏鲍菇
- 62 橄榄菜杏鲍菇
- 63 小炒杏鲍菇
- 63 劲爆菇丝

## 金针菇

- 64 葱油金针菇
- 64 双耳炒金针菇
- 65 油炸金针菇
- 65 榨菜金针菇汤
- 65 白灼金针菇

## 草菇

- 66 家常草菇
- 66 草菇木耳

## 平菇

- 67 油炸椒盐平菇
- 67 平菇炒肉

## 黑木耳

- 68 老醋黑木耳
- 68 剁椒黑木耳
- 69 红烧黑木耳
- 69 黑木耳豆芽炒肉丝

## 腐竹

- 70 香辣腐竹
- 70 腐竹烧鲜蘑
- 71 青椒炒腐竹
- 71 腐竹炒芹菜

## 豆腐

- 72 黄金玉米煮豆腐
- 72 农家煎豆腐
- 73 锅塌豆腐
- 73 咖喱豆腐
- 74 酸菜老豆腐
- 74 什锦豆腐
- 75 椒盐煎豆腐
- 75 榄菜豆豉蒸豆腐

## 豆干

- 76 豆豉辣椒炒香干
- 76 五香小豆干
- 77 嫩芽香豆干
- 77 茶香豆干

## 豆皮

- 78 芝麻豆皮
- 78 清香豆皮卷

### 第三章

## 美味禽蛋

## 鸡肉

- 80 香油鸡
- 80 红酒栗仁烩鸡
- 81 捞汁滑嫩鸡
- 81 笋衣焖鸡
- 82 红油口水鸡
- 82 红油芝麻鸡

- 82 芋头烧鸡
- 83 栗子乌鸡煲
- 83 糯米荷叶鸡

## 鸡腿

- 84 麻辣鸡腿
- 84 菇香鸡腿块



- 85 蒜瓣蒸鸡腿  
85 吮指炸鸡腿

### 鸡爪

- 86 酸辣凤爪  
86 双椒凤爪

### 鸡翅

- 87 干煸鸡翅中  
87 贵妃鸡翅

### 鸭肉

- 88 口味鸭  
88 红油鸭胸肉  
89 酱烧鸭  
89 姜母鸭  
89 双椒爆鸭丝

### 鸭翅

- 90 卤鸭翅  
90 简易卤鸭翅

### 鸭舌

- 91 宫保鸭舌  
91 嫩姜鸭舌

## 第四章

# 浓浓肉香

### 猪瘦肉

- 100 橙香酸溜肉片  
100 豉汁焖肉  
101 肉末茄子  
101 藕片烩猪肉  
102 乳香五花肉  
102 松蘑五花肉  
103 五花肉大锅烩

### 鸭肠

- 92 小炒鸭肠  
92 酱卤鸭肠

### 鹅肉

- 93 蘸汁鹅肉  
93 剁椒鹅肠

### 鸡蛋

- 94 鸡蛋菠菜炒粉丝  
94 玉米炒蛋  
95 蛋黄焗玉米  
95 黄金蛋

### 皮蛋

- 96 青红甜椒拌皮蛋  
96 虎皮皮蛋  
97 鸡腿菇烩皮蛋  
97 醋溜皮蛋

### 鹌鹑蛋

- 98 三彩鹌鹑蛋汤  
98 香熏鹌鹑蛋

- 103 竹香五花肉  
104 蒜香胡椒烧烤里脊  
104 锅包肉  
105 柚香里脊肉片  
105 津风过油肉

### 猪排骨

- 106 剁椒排骨





- 106 高升排骨
- 107 陈皮炸排骨
- 107 荷香蒸排骨

### 猪蹄

- 108 可乐猪蹄
- 108 花生炖猪蹄
- 109 猪蹄炖茶树菇
- 109 香香猪蹄
- 110 红糟猪蹄
- 110 玉米炖猪蹄

### 猪耳

- 111 凉拌耳丝
- 111 剁椒脆耳

### 猪肝

- 112 大枣枸杞子蒸猪肝
- 112 芹菜猪肝煲
- 113 家常猪肝
- 113 沙茶猪肝

### 猪肚

- 114 下饭猪肚
- 114 泡椒猪肚
- 115 蚝油猪肚
- 115 麻辣泼猪肚

### 牛肉

- 116 葱串牛肉
- 116 风味麻辣牛肉
- 117 水煮牛肉
- 117 萝卜炖牛肉
- 118 牛肉豆腐煲
- 118 腐乳汁牛肉
- 119 爆炒牛柳
- 119 果香牛腩
- 120 银罗牛柳
- 120 浓香腐竹炖牛腩

- 121 萝卜牛腩
- 121 三椒烧牛柳
- 122 牛腩咖喱香
- 122 鲜辣豉椒牛柳

### 牛筋

- 123 红油牛筋
- 123 辣拌牛筋

### 牛肚

- 124 蒜泥毛肚
- 124 沙茶金钱肚

### 牛排

- 125 烤牛小排
- 125 黑椒煎牛排

### 羊肉

- 126 孜然烤羊肉串
- 126 葱爆羊肉
- 127 羊骨羊肉煲
- 127 连锅羊肉
- 128 手扒肉
- 128 清香羊肉煲

### 羊排

- 129 清炖萝卜羊排
- 129 香辣烤羊排
- 130 小炒羊排
- 130 黑胡椒羊排



**草鱼**

- 132 酸菜鱼  
132 蜀香酸菜鱼  
133 泡椒酸菜鱼  
133 回锅鱼片  
134 豆瓣烧草鱼  
134 水煮鱼  
135 豆瓣鱼  
135 剁椒双味鱼头

**鲫鱼**

- 136 泡菜鲫鱼  
136 椒麻鲫鱼  
137 葱烧鲫鱼  
137 红黄鲫鱼

**鲢鱼**

- 138 豆腐炖鲢鱼  
138 清蒸鲢鱼  
139 香辣乌江鱼  
139 川味乌江鱼

**鲤鱼**

- 140 鲤鱼烩双鲜  
140 红烧鲤鱼块

**鲈鱼**

- 141 肉末啤酒鲈鱼  
141 茶香鲈鱼  
142 鲈鱼开屏  
142 香淋鲈鱼

**三文鱼**

- 143 芥香麻酱三文鱼  
143 柠檬三文鱼

**墨鱼**

- 144 酱香墨鱼  
144 酸辣墨鱼仔

**武昌鱼**

- 145 豉椒武昌鱼  
145 五香鱼

**黄鱼**

- 146 雪菜黄鱼  
146 清蒸黄鱼片  
147 家常黄鱼  
147 雪里蕻烧黄鱼

**带鱼**

- 148 红油带鱼  
148 红烧带鱼块  
149 家常煲带鱼  
149 五香带鱼

**章鱼**

- 150 原香章鱼  
150 卤香章鱼

**鱿鱼**

- 151 干煸豆角炒鱿鱼  
151 黄瓜炒鱿鱼

**鳝鱼**

- 152 泡椒鳝段  
152 干煸鳝鱼  
153 家常爆鳝片  
153 飘香鳝鱼段



## 鲜虾

- 154 葱味白灼虾  
154 啤酒虾  
155 富贵虾豆腐  
155 果律虾球  
156 咸酥虾  
156 碧玉鲜虾卷  
157 三杯虾  
157 杏仁西蓝花拌河虾  
158 白灼基围虾  
158 鲜香小龙虾

## 海蜇

- 159 青豆拌海蜇  
159 捞汁木瓜海蜇

## 第六章

# 幸福汤煲

## 鸡汤

- 166 童鸡桂圆田七汤  
166 银耳大枣煲老鸡  
167 鸡翅香菇汤  
167 榴莲炖土鸡  
168 何首乌南枣煲乌鸡  
168 啤梨煲鸡汤  
168 茶树菇乌鸡汤  
169 椰香鸡汤  
169 肘子白菜煲土鸡

## 鸭汤

- 170 鲜莲冬瓜煲鸭汤  
170 冬瓜薏米煲鸭汤

## 鱼汤

- 171 香菜皮蛋鱼片汤  
171 豆腐芥菜鱼头汤  
172 豆腐鲫鱼煲

## 贝

- 160 豉香扇贝  
160 小番茄烧扇贝  
161 五彩鲜贝  
161 干贝菜心

## 蟹

- 162 劲霸海蟹  
162 陆海双黄  
163 奶油蟹脚  
163 咖喱椰浆蟹

## 牡蛎

- 164 黄油焗牡蛎  
164 牡蛎平菇汤

- 172 鲤鱼笋尖汤  
173 素鲤鱼汤  
173 亚式菠菜鱼丝汤

## 牛肉汤

- 174 山药炖腩排  
174 牛肉土豆汤  
175 胡萝卜牛腩汤  
175 陈皮苦瓜煲腩排

## 羊肉汤

- 176 蜜枣羊肉汤  
176 当归羊肉汤

## 猪肉汤

- 177 玫瑰肉片汤  
177 健脾瘦肉汤  
178 南瓜煲猪腱



- 178 春笋咸肉排骨汤
- 179 薏苡仁白果煲猪肚
- 179 冻豆腐排骨汤
- 180 山药薏苡仁排骨汤
- 180 萝卜煲猪蹄
- 181 甘草陈皮瘦肉煲
- 181 意式蔬菜汤

### 广东靓汤

- 182 红枣桂圆炖鹌鹑
- 182 南北杏银耳炖乳鸽
- 183 薄荷银丝汤

### 第七章

## 精品主食

- 190 扬州炒饭
- 190 鲜蔬蛋炒饭
- 191 肉末酸豆角盖饭
- 191 五彩虾仁炒饭
- 192 雪菜泡饭
- 192 茶泡饭
- 192 青菜汤饭
- 193 意式南瓜烩米饭
- 193 穆洛米饭
- 194 土豆香肠丁焖米饭
- 194 豆豉鲜鱿盖饭
- 195 罗汉果燕麦片瘦肉粥

- 183 原盅炖冬瓜
- 184 海蜇荸荠萝卜汤
- 184 空心菜叶丸子汤
- 185 奶香玉米羹
- 185 罗汉果川贝银耳羹
- 186 冬瓜平菇汤
- 186 玉米什锦汤
- 187 油菜香菇汤
- 187 冬瓜虾干汤
- 188 莲藕海带汤
- 188 火腿鸡蛋奶汤



- 195 花生鸡丝粥
- 196 香滑肉丸粥
- 196 话梅芒果冰粥
- 197 辣味凉面
- 197 油泼面
- 198 莲子番茄炒面
- 198 纯素炸酱面
- 199 午餐肉鸡蛋面
- 199 番茄打卤面
- 200 韩式凉拌玉米面
- 200 韭菜鸡蛋炒河粉

### 第八章

## 86 道餐厅必点菜

- 202 鱼香肉丝
- 202 糖醋夹沙
- 203 剁椒芋头
- 203 五彩蒜薹
- 204 泡菜烧魔芋
- 204 夫妻肺片
- 205 宫保鸡丁
- 205 咸烧白
- 206 回锅肉
- 206 毛血旺



- |     |        |     |        |
|-----|--------|-----|--------|
| 207 | 重庆辣子鸡  | 226 | 两香山笋   |
| 207 | 蒜泥白肉   | 226 | 酥糊里脊   |
| 208 | 红烧海螺   | 227 | 桂花糯米藕  |
| 208 | 南煎丸子   | 227 | 笋干黄豆   |
| 209 | 糖酥鲤鱼   | 228 | 玫瑰鸭胗   |
| 209 | 南京盐水鸭  | 228 | 五香熏鱼   |
| 210 | 烧狮子头   | 229 | 番茄酱鱼条  |
| 210 | 梅菜扣肉   | 229 | 爆炒肚片   |
| 211 | 咕噜肉    | 230 | 五香豆腐丝  |
| 211 | 盐焗鸡    | 230 | 油爆鱼片   |
| 212 | 叉烧肉    | 231 | 糖醋三丝   |
| 212 | 腐乳鸡    | 231 | 豆豉香鱼   |
| 213 | 白斩鸡    | 232 | 老汤白菜   |
| 213 | 白切贵妃鸡  | 232 | 葱花烤鲫鱼  |
| 214 | 锅仔肥肠   | 233 | 酸菜牛肉   |
| 214 | 金牌蒜香骨  | 233 | 煎明虾段   |
| 215 | 腊味烧茼筴  | 234 | 南煎肝    |
| 215 | 荔枝肉    | 234 | 红糟鱼块   |
| 216 | 醉排骨    | 235 | 焦熘豆腐   |
| 216 | 扳指干贝   | 235 | 豉椒肉丝   |
| 217 | 清蒸鳊鱼   | 236 | 青红椒炒腊肉 |
| 217 | 清炖带鱼   | 236 | 萝卜干炒腊肉 |
| 218 | 龙井虾仁   | 237 | 鱼尾生菜汤  |
| 218 | 西湖醋鱼   | 237 | 炸香菇    |
| 219 | 砂锅鱼头豆腐 | 238 | 翠堤春晓   |
| 219 | 干菜焖肉   | 238 | 沔阳三蒸   |
| 220 | 芙蓉鱼片   | 239 | 成都香水鸡  |
| 220 | 五彩鸡鱼柳  | 239 | 榴莲炖鸡   |
| 221 | 冰糖湘莲   | 240 | 川厨老坛子  |
| 221 | 酸辣鸡丁   | 240 | 美味蒸鸡爪  |
| 222 | 麻辣子鸡   | 241 | 老干妈炒鸭掌 |
| 222 | 冬笋腊肉   | 241 | 火爆鸭杂   |
| 223 | 炸八块    | 242 | 白煮蛋沙拉  |
| 223 | 湖南红烧肉  | 242 | 鱼香鸡蛋   |
| 224 | 火烧头尾   | 243 | 扁豆咸肉沙拉 |
| 224 | 杨梅丸子   | 243 | 香炸梅花肉  |
| 225 | 锦绣鱼丝   | 244 | 麻辣水煮鸡  |
| 225 | 冬笋鸡丝   | 244 | 茄汁奶油   |

蔬菜是我们日常生活中不可或缺的食物之一，四季时蔬为我们提供了丰富的营养。

# 清爽蔬菜

来吧，让我们做一道美味的菜肴，献给最爱的爸爸妈妈，犒劳默默付出的老公，送给可爱的宝贝，招待许久不见的亲朋好友……让我们一起用心烹饪出爱的美食，让蔬菜的营养、美味、健康与你我同在。



第一章

# 白菜

清热燥湿  
利水利胆

功效：  
肠胃、清肺热之  
清热除烦、通利  
白菜性微寒，有



## 炆炒大白菜

**材料** / 白菜梗 400 克，葱花适量。

**调料** / 干辣椒段、花椒、盐、味精各适量。

**做法** / 1. 白菜梗洗净切丝。

2. 水烧沸，下入白菜丝稍余烫，捞出。

3. 油锅烧热，下入干辣椒段、花椒炆锅，再放白菜丝翻炒片刻，调入盐、味精，撒上葱花即可。

**小贴士** / 大白菜不宜食用的 4 种情况：腐烂的、剩得时间过长的、没腌透而半生半熟的、反复加热的大白菜。



## 白玉卷

**材料** / 白菜叶、鸡胸肉片各 100 克，豆腐条 200 克，葱末、姜末各适量，胡萝卜粒 20 克。

**调料** / A. 料酒、白糖、白胡椒粉、水淀粉、生抽、盐各适量；B. 蚝油 1 小匙，白糖、水淀粉各适量。

**做法** / 1. 沸水余烫白菜叶和豆腐条，捞出过凉；鸡胸肉加入调料 A 抓匀腌渍 20 分钟，然后均匀地包裹在每条豆腐上；胡萝卜粒和豆腐条包入白菜叶，入蒸屉中大火蒸 5 分钟。

2. 油锅烧热，煸葱末、姜末，加入蚝油、白糖和水淀粉搅匀，淋在蒸好的豆腐卷上即可。





**材料** / 白菜 350 克，姜片适量。  
**调料** / 料酒、醋、水淀粉、酱油、干辣椒段、盐各适量。  
**做法** / 1. 白菜洗净，取梗切成斜片。  
 2. 油锅烧热，放入白菜片煸至断生，盛出，控干水分。  
 3. 另取油锅烧热，放入干辣椒段、姜片炒香，下入白菜片翻炒几下，烹入料酒、醋、酱油、盐调味，加入水淀粉勾芡即可。



## 醋溜辣白菜



**材料** / 白菜心 500 克，腐乳 4 块，香菜段、胡萝卜粒各少许。  
**调料** / 腐乳汁适量。  
**做法** / 1. 白菜心洗净，放入沸水中氽烫熟，捞出沥干，装入盘中。  
 2. 将胡萝卜粒撒在白菜上。  
 3. 将腐乳块摆入盘中，倒入腐乳汁，撒上香菜段即可。



## 腐乳白菜



**材料** / 韩式辣白菜 200 克，豆腐 150 克，芹菜段、姜丝各适量。  
**调料** / 盐、白糖、鸡精各适量。  
**做法** / 1. 豆腐洗净，切小块；辣白菜切块。  
 2. 油锅烧热，放入姜丝煸炒，再放入辣白菜块翻炒至出红油。  
 3. 将豆腐块放入锅中进行翻炒，加入适量热水，放入盐、白糖煮 5 分钟后，再放入芹菜段，待汤汁不多时，放入鸡精调味即可。



## 辣白菜烧豆腐



# 圆白菜

滋润脏腑  
清热止痛

圆白菜营养价值  
与大白菜相差无  
几，但维生素C  
的含量要比大白  
菜高出一些。



## 手撕圆白菜

**材料** / 圆白菜 500 克，姜、蒜各适量。

**调料** / 干辣椒 5 个，花椒、盐各适量。

**做法** / 1. 先将圆白菜放入水中浸泡 10 分钟，洗净后撕成片；干辣椒洗净后沥干，切小段；姜、蒜分别切片，备用。

2. 油锅烧热，放入花椒、干辣椒段煸炒，再放入姜片、蒜片翻炒数下，炒出香味后放入圆白菜片翻炒至断生，放入盐调味，翻炒均匀即可。



## 花生拌圆白菜

**材料** / 圆白菜 200 克，麻辣花生 1 包。

**调料** / 干红大辣椒段、生抽、香油、盐、醋各适量。

**做法** / 1. 将圆白菜择洗干净，撕成小片，备用。

2. 将锅中的水烧沸，调入少许盐及适量植物油，再放入撕好的圆白菜片，大火煮 2 分钟，捞出，控干水分。

3. 将已经氽烫好的圆白菜片放入盘内，调入干红大辣椒段、盐、醋、生抽、香油，拌匀。最后放入麻辣花生拌匀即可。

