

炸海带包

主料：水发海带250克，猪肉100克。
配料：鸡蛋、面粉、葱、姜末、淀粉、海带、味精、料酒、香油、植物油。
调料：食盐、味精、料酒。
做法：1. 将海带切成长8厘米的条，角形。
2. 猪肉剁成肉泥。

海带的功效与食用

主编 许运江



山东出版出版社

海带切碎加葱、姜末、食盐、味精、料酒、香油，炒好成馅。
用切好的海带将肉馅包成一个个三角包，插上牙签。
3. 勺内加油烧至八成热，将海带包挂蛋粉糊，下与炸至呈金黄色，捞出的海带包，去掉牙签，摆在盘内即可。外带椒盐。
特点：色金黄，外焦里嫩。

(鲁)新登字16号

书 名: 海带的功效与食用

主 编: 许运江

出版发行: 山东画报出版社

印 刷: 山东·石岛印刷厂

版 次: 1994年7月第1版

1994年7月第1次印刷

规 格: 32开

3.625印张 8插页 70千字

印 数: 00001—10,000

ISBN7-80603-006-9/TS·1

定 价: 4.80元

主 编：许运江

副主编：张政利

编 委：隋道聚 赵明堂 卞永平

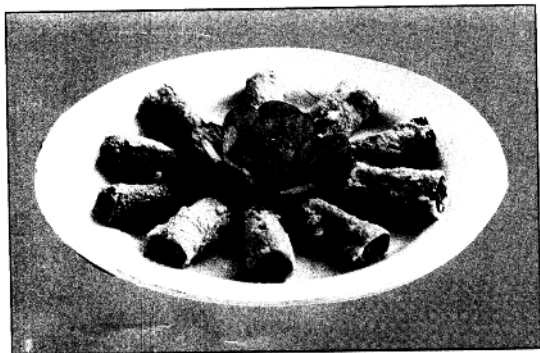
张 勇 朱建华

编 撰：张旭辉 滕品贵 王其仁

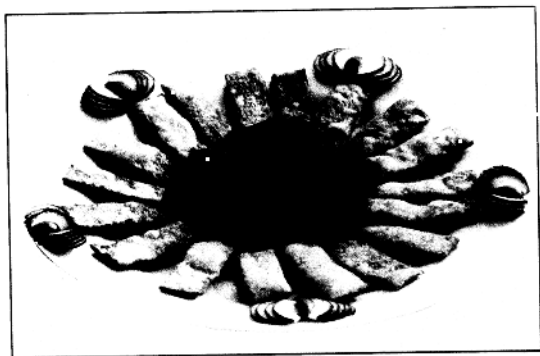
姜元贤 梁 明 岳均卓

李军战 迟少卿 刘家利

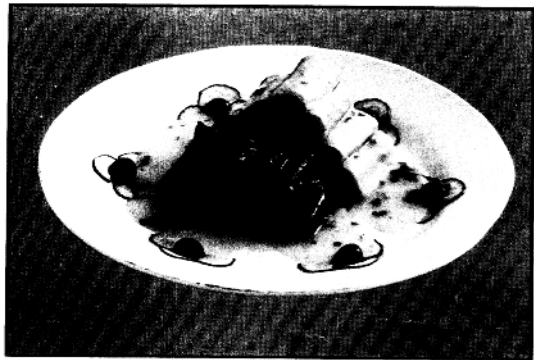
武 萍 孙宗勇



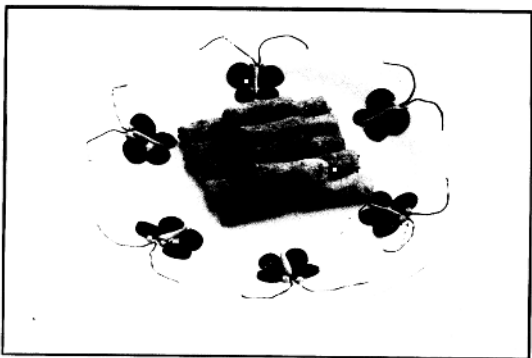
鱼肉海带卷



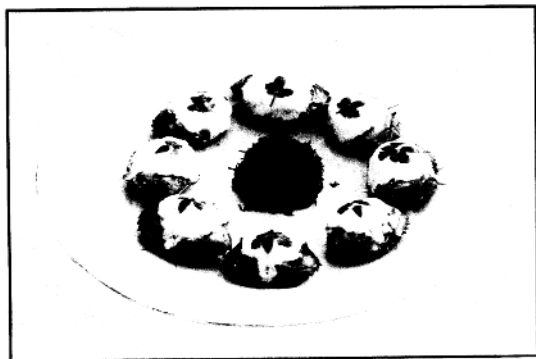
板炸海带



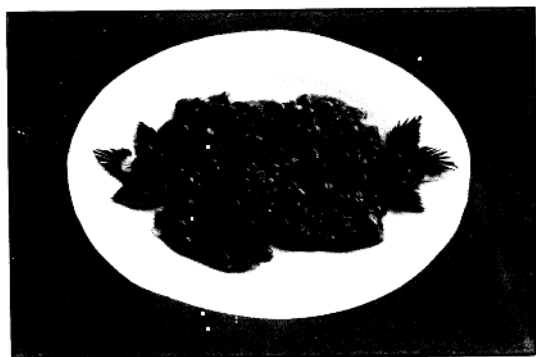
鸢鸯卷



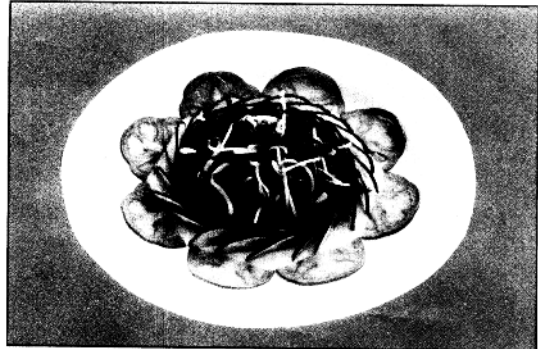
蝴蝶海带卷



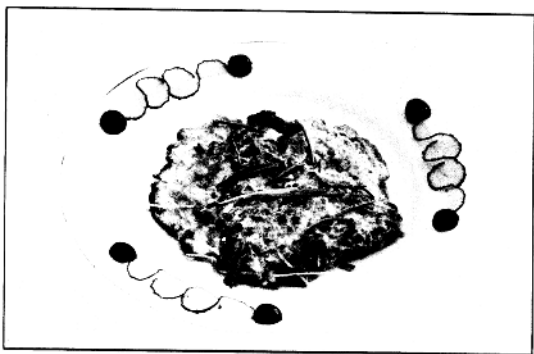
蟹斗海带



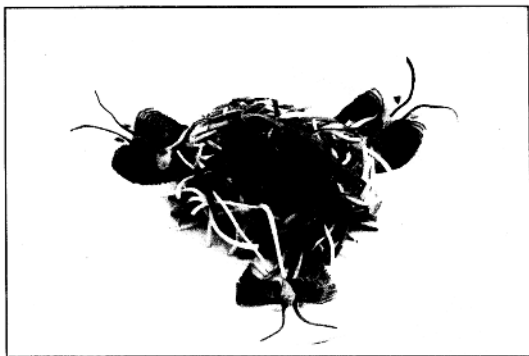
茄汁海带



金钩海带



锅塌海带



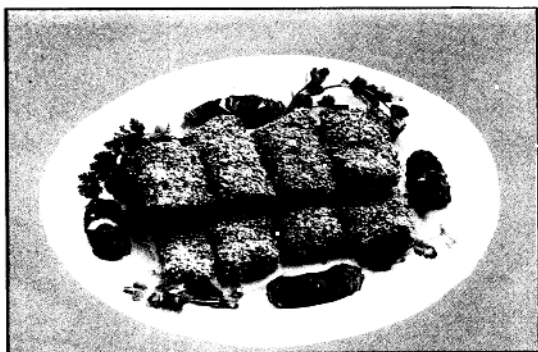
银芽炒海带



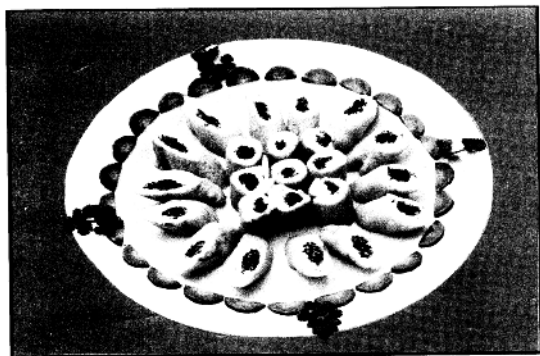
八宝海带羹



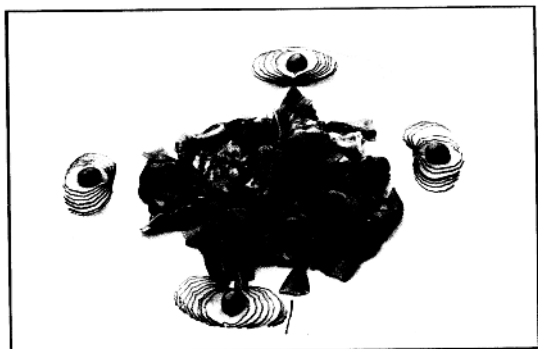
虾海带卷



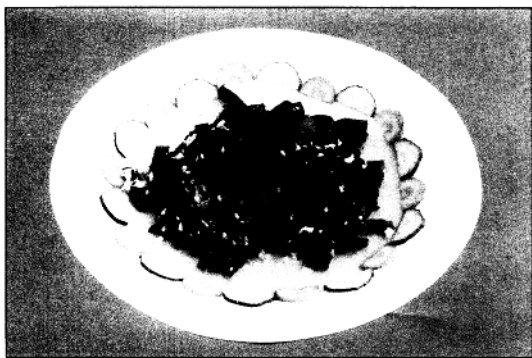
香酥海带包



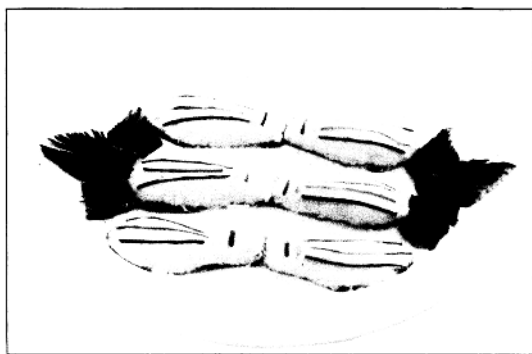
魚包海帶



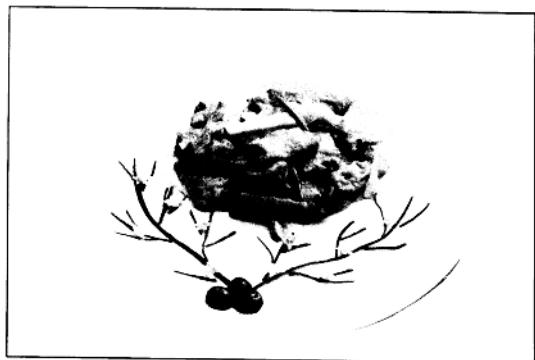
凤翅海帶



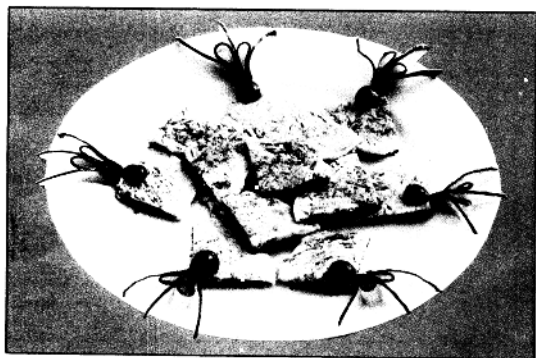
蒜香海带结



琵琶海带



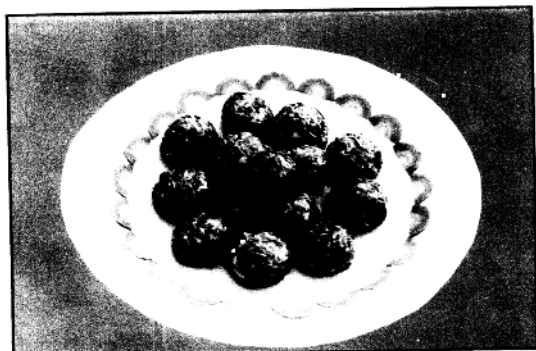
烧溜海带



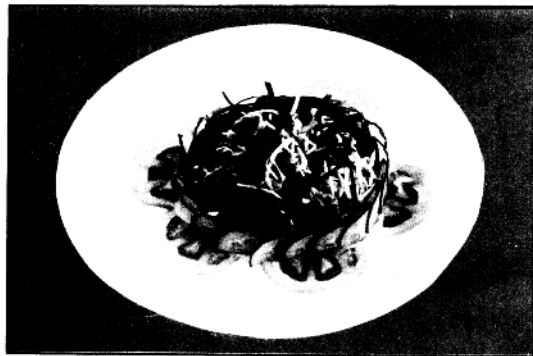
煎海带饼



南煎海带



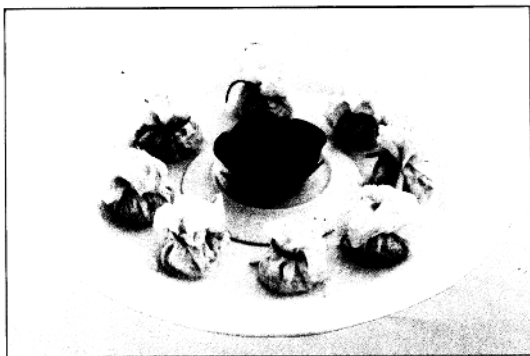
绣球海带



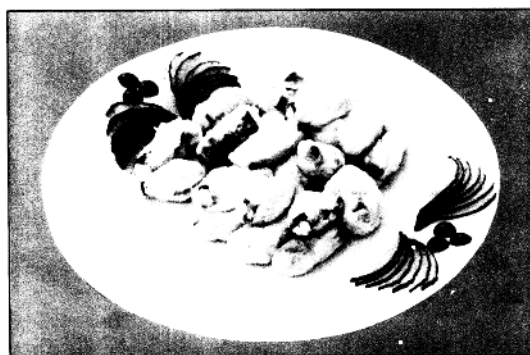
五彩海带丝



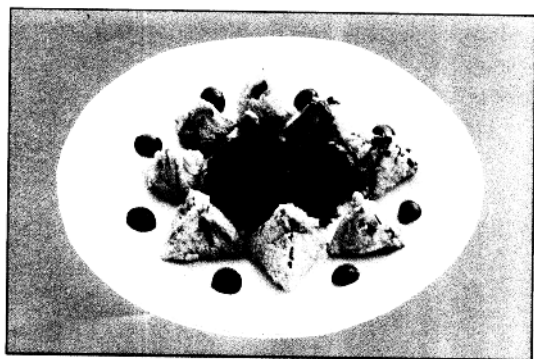
珍珠柴把海带



海帶燒賣



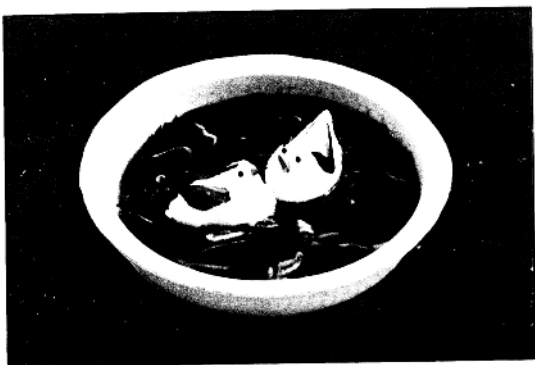
雪衣海帶



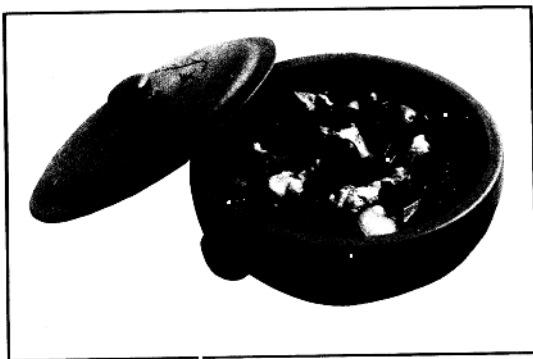
炸海带包



海带蒸饺



海带鸡丝汤



芦花汽锅海带