

进入到9月底，又到了吃海鲜的季节了，在这个特别的季节里，大家最喜欢吃什么海鲜呢？

我个人是比较喜欢吃鱿鱼的，因为鱿鱼营养丰富，而且味道口感都很不错呀。鱿鱼全身的肉比较多，吃进嘴里还有着一点点弹性，让人吃上一口都是满满的享受。平时我家里也是经常吃鱿鱼的，一般都是爆炒，有时吃夜宵也会点几串鱿鱼串过瘾。最让我爱上鱿鱼的还是因为，鱿鱼的价格比较便宜呀，也才28块一斤，比38块一斤的排骨便宜多了。



【爆炒鱿鱼】

材料：鱿鱼、洋葱、葱、生姜、大蒜、辣椒（不吃辣椒可以不放）

调料：料酒、生抽、蚝油、胡椒粉、椒盐、水淀粉

【详细做法】

1.买一斤鱿鱼回来，把它清理干净，接着把鱿鱼打上花刀，切成小块，如果不想打花刀的也行，切好的鱿鱼放入盘中备用。锅里放水烧开，放入生姜跟料酒，然后把切好的鱿鱼倒进去焯一下水，大概焯水20秒就可以了，时间不要长，不然很难咬得动。时间到了之后，把鱿鱼捞出来沥干水分备用。





3.时间到了之后，倒入少许的料酒，然后倒入一勺生抽、半勺蚝油、少许的胡椒粉，继续把它们翻炒均匀。接着放入葱段，倒入少许的水淀粉，最后再来一点椒盐，把它们翻炒均匀。





我是豆腐，专门与大家分享详细的家常菜谱，广东美食，家常小吃等等，有不足之处欢迎各位多多指教！喜欢的不妨点个关注呀.