

做饭:

1. 炒鸡蛋

- ①、把鸡蛋、葱、盐(放的量从少到多, 注意尝味道), 然后搅开
- ②、放油, 等油冒烟, 烧开
- ③、把鸡蛋放入锅内, 烧开; 翻个
- ④、即熟

2. 水煮青菜

- ①、放水, 煮开
- ②、放油
- ③、即刻放青菜, 进水即出锅
- ④、每一次放入的量不要太多

3. 茄子西红柿

- ①、把茄子、西红柿切成块状
(茄子先切成椭圆, 再切成条状;
西红柿先切半, 再左一刀右一刀切开
切蒜、姜、葱)
- ②、放油 (油不能少, 茄子吃油)
- ③、放茄子、搅
- ④、放蒜、姜、葱, 糖、盐、生抽, 搅
- ⑤、放西红柿, 炒
- ⑥、放香菜

4. 炒土豆丝

- ① 土豆切成丝状，切葱、姜、蒜。
- ② 倒油、放花椒，熬
- ③ 放葱、姜、蒜、土豆丝，炒
- ④ 喷醋
- ⑤ 放糖、盐、生抽、炒

5. 鸡蛋调料

- ① 放酱油、醋、糖
- ② 上面洒香菜、辣椒
- ③ 花椒放油里熬，再倒了花椒
- ④ 油浇到上面即可

6. 煎尖椒

- ① 尖椒切成块状，放到油里煎，煎成虎皮
- ② 放酱油、醋、糖
- ③ 熬

7. 辣子白(包菜)

- ① 油里放辣椒、花椒
- ② 白菜放进去炒
- ③ 放蒜、姜、葱、糖、盐、酱油
- ④ 炒

8. 炖牛肉

- ① 牛肉放进水里热，过会儿把血水捞出来。
- ② 放辣椒、葱、姜
- ③ 用一个盒子装上花椒、大料，放进水里一起炖。

9. 焖面

- ① 放油炒肉
- ② 放油，油热后放葱、姜炒
- ③ 放胡萝卜、豆角、肉，再放调料：糖、盐，然后加水浸满菜
- ④ 加热一段时间后，放入面，注意不要搅动。
- ⑤ 盖锅焖
- ⑥ 用小碗加入酱油、香油、盐、糖、香菜，调匀。待面熟后，均匀的洒在面上，把面打开。
- ⑦ 再热一小会，就好了。

10. 炸酱

- ① 放油
- ② 加糖
- ③ 放肉末翻炒
- ④ 放豆瓣酱、盐、糖、姜、葱
- ⑤ 放土豆炒
- ⑥ 放西红柿炒