

麻豆腐家常做法：简单易学，美味可口

麻豆腐，作为一道具有独特风味的传统小吃，深受广大食客喜爱。今天，就让我来为大家详细介绍麻豆腐的家常做法，简单易学，美味可口。

准备食材 首先，我们需要准备以下食材：

面粉：500克 - 黄豆：100克 - 豆腐：1块（约200克） - 青菜：适量 - 葱花：适量 - 蒜末：适量 - 酱油：适量 - 醋：适量 - 辣椒油：适量 - 盐：适量 - 鸡精：适量

制作步骤

1. **制作豆腐**：将黄豆泡水8小时，然后磨成豆浆，煮沸后加入适量的石膏或卤水，静置凝固成豆腐。

2. **和面**：将面粉放入盆中，加入适量的水，揉成面团，醒发10分钟。

3. **搓条**：将面团搓成长条，切成小剂子。

4. **搓成麻豆腐**：将小剂子搓成小圆球，放入开水中煮熟。

5. **炒制**：锅中加入适量的油，放入葱花和蒜末炒香，加入青菜翻炒至断生。

6. **调味**：加入适量的酱油、醋、辣椒油、盐和鸡精，翻炒均匀。

7. **装盘**：将煮熟的麻豆腐捞出，放入盘中，将炒好的青菜放在麻豆腐上。

8. **享用**：即可享用美味的麻豆腐了。

小贴士

1. 豆腐的凝固剂可以选择石膏或卤水，根据个人口味选择。

2. 和面时，水的温度不宜过高，以免影响面团的口感。

3. 麻豆腐煮制时间不宜过长，以免口感变差。

4. 炒青菜时，根据个人口味可以适量调整调料。

5. 麻豆腐也可以搭配其他食材，如猪肉、鸡肉等，丰富口感。通过以上步骤，您就可以在家轻松制作出美味的麻豆腐了。简单易学，美味可口，快快动手尝试一下吧！

[最近更新](#) | [更新列表](#) | [字母检索](#) | [下载排行](#) | [苹果专区](#) | [分类导航](#)

无码福利app

[网络游戏](#) [单机游戏](#) [手机应用](#) [电脑软件](#) [专题](#) [热门排行榜](#)

[第一会所app](#) [91久久夜色精品国产免费](#) [91免费视频app](#) [殿上欢一场1v3的奇遇](#) [片多多app](#)

当前位置：[首页](#) → [单机游戏](#) → [冒险解谜](#) → 无码福利app v85.0.86 安卓版

/>

无码福利app

- [安卓版下载](#)

- 0
- 0

猜你喜欢

- ["/>
yy夜月直播app
— —
v8.0 安卓版](#)
- ["/>
日出水的刺激冒险
— —
v4.9 安卓版](#)
- [国产91视频免费
— —
v41.6.70 安卓版](#)
- ["/>
千娇直播免费app
— —
v5.4 安卓版](#)
- ["/>
91免费国产动漫a片
— —
v9.9 安卓版](#)
- ["/>
老太太的HD视频](#)

[v3.6 安卓版](#)

• ["/>](#)

[91直播视频app](#)

[v3.9 安卓版](#)

• ["/>](#)

[91直播app视频](#)

[v8.8 安卓版](#)

• ["/>](#)

[91蜜桃视频app下载](#)

[v9.4 安卓版](#)

- 分类： 单机 / 冒险解谜
- 大小： 3.1M
- 授权： 官方版
- 语言： 中文
- 更新： 2026-01-17
- 等级：
- 平台： Android

标签： - [91精品国产观看免费](#) - [夏花直播app](#) -

详情
介绍
猜你喜欢
相关版本

内容详情

相关版本

多平台下载

- ~~Android版~~

石头记游戏手机版(Stone Story) v4.19.3 安卓版

- 中文名：Stone Story
- 包名：com.MartianRexInc.StoneStory
- MD5：2fe8f5960dcfe990353a84a51523cd0f

[查看所有 0](#) [条评论>](#) 网友评论

发表评论

(您的评论需要经过审核才能显示) 网友粉丝QQ群号:766969941

提交评论 [查看所有 0](#) [条评论>>](#)

相关游戏

["/> 国产91久久久久久免费](#) ["/> 91国产精品免费观看](#) ["/> 绿茶约泡app](#) ["/> 圣诞老人的秘密情缘](#) ["/> 成app视频91](#) ["/> 91精品国产免费青青碰](#)

热门冒险解谜

- 01-17 1 ["/> 撸啊撸app](#)
- 01-17 2 ["/> 办公室恋情的温柔诱惑](#)
- 01-17 3 ["/> 91国产免费在线快播](#)
- 01-17 4 ["/> 月光直播app](#)
- 01-17 5 ["/> 91短视频抖音版app无限看](#)
- 01-17 6 ["/> 来自新世界我的奇幻旅程](#)
- 01-17 7 ["/> 751tv白羊直播app](#)
- 01-17 8 ["/> 3383tv直播](#)
- 01-17 9 ["/> 国产免费91精品网站](#)
- 01-17 10 ["/> 免费国产91视频](#)

最新冒险解谜

- 01-17 1 ["/>](#)

[91视频app](#)

- 01-17 2 ["/>](#)

[91香蕉视频app破解版](#)

相关专辑

[91国产免费视频网站](#) [岛国搬运工的独特魅力探秘](#) [91在线视频app的](#) [花语直播间app](#)
[18H宅宅愛動漫app](#) [青青青91国产免费频在线观看](#) [91精品啪在线观看国产免费](#)
[春雨直播安装包](#) [91成品短视频app](#)