



1、带鱼三条，去头去尾，去除内脏，清洗干净



3、带鱼切段，放葱姜，料酒，白胡椒粉，盐，混合均匀，腌制1个小时左右



6、平底锅中放少许油，油温6-7成热下锅，不要翻动，等一面上色后再翻面，这样带鱼不容易碎



7、带鱼摆盘，撒少许孜然和辣椒粉，熟白芝麻装饰，煎炸带鱼制作完成，做法简单，越吃越香，味道超赞