



1、带鱼解冻，洗净，切段，装盘



3、二个小时后拿出来，翻拌一下，再放入冰箱冷藏两个小时（腌制时间长点，可以更好的入味）



5、带鱼从冰箱取出来，去掉调料，大概吸一下水，放入另外一个盆里，倒入适量

淀粉，使带鱼均匀的裹上粉



放入适量食用油，葱姜蒜末爆香，放入带鱼翻炒一下



9、待汤汁浓稠后关火装盘，美味鲜美的糖醋带鱼就做好了

做菜好吃都有技巧，我的每道菜都有小妙招，大家搜索“豆果”可以直接查看我的菜谱！

喜欢这个食谱记得收藏、关注哦！欢迎在下方留言分享您对这道美食的建议。