

中秋小长假，亲戚、朋友难得见面，坐下来好好的吃顿饭是不能少的。家宴聚会，各种鱼、肉是主角，而开胃凉菜也不能少哦。尤其都是满桌大鱼大肉的时候，清爽、解腻的小凉菜就显得更加贴心，也比其他大菜更易光盘。

以下，给大家推荐8道开胃凉菜的做法，中秋家宴喜欢哪道就试试看吧~

第一道：浇汁莴笋

将莴笋腌一下，然后调个料汁浇在莴笋上就可以上桌，这道菜做法非常简单。口感清脆，整道菜汁水丰富，既清爽又解油腻。



第四步：把蒜切末、小红辣椒切段，然后放入碗中。

第五步：锅中倒入少许油烧热，然后关火，把热油浇在蒜末上，这时会闻到很浓的蒜香味。接下来，往碗里放1勺生抽、2勺醋、半勺白糖、1勺蚝油、少许鸡精拌匀，碗汁就做好了。

第六步：先将莴笋片装入碗里，再将碗汁浇在上面，然后撒上少许熟白芝麻即可上桌。

多说几句

如果吃不了辣，不放辣椒也可以，一样很美味哦~

第二道：蓝莓山药

口感像冰淇淋一样的山药吃法。它可以是凉菜，也可以说是餐前甜点，吃起来酸甜丝滑，特别美味。



第四步：搅打成细细的山药泥。（如果喜欢吃凉一点的，可以把搅打好的山药泥放入冰箱中冷藏1个小时。）

第五步：把搅打好的山药泥放入裱花袋中，如图。

第六步：把山药泥挤到碗中，淋上蓝莓酱就可以上桌了。

多说几句：

- 1、 做这道蓝莓山药泥，要选择面一点的山药。
- 2、 给山药去皮时，粘液弄在皮肤上，容易使皮肤过敏发痒。所以，在去皮时一定要戴上手套。也可以把山药蒸熟后再去皮，效果一样的。
- 3、 如果没有料理机，可以用勺子把山药压碎碾成泥。只是这样没有料理机搅打出来的细腻。
- 4、 酸奶可以用牛奶或奶油来代替。也可以在搅打的时候，放一些糖来增加甜味。加牛奶或奶油的，奶香味更浓一些。这个随自己的口感喜爱即可。
- 5、 如果没有裱花袋和裱花嘴，可以不用，直接装到碗里也是一样的。
- 6、 蓝莓酱有的比较稠，有的较稀一些。如果遇到较稠的酱，亲们可以往蓝莓酱里加一点热水搅拌均匀，然后放在火上再次煮开，待晾凉后再用。这样稀释后的蓝莓酱搭配山药泥吃起来口感更好。

第三道：凉拌芹菜木耳

把芹菜和木耳、花生一起凉拌，口感丰富，吃一口，食欲就被轻松打开，这也是餐桌上常见的开胃小菜。



第六步：把木耳和芹菜都捞出，放入凉水中。

第七步：沥干水分，放入1勺白糖、少许盐、少许鸡精拌匀。接下来，把蒜末放到菜上，如图。

第八步：锅中倒入少许油烧热，然后把干辣椒段放入锅中，爆出香味后关火。

第九步：将锅里的辣椒油趁热浇在蒜末上，这时香味就出来了。再放入2勺香醋、少许香油，调味，然后把炸好的花生米放入其中，拌匀即可。

第十步：装盘上桌吧。

多说几句

1、如果买到的芹菜比较老，可以把表面的老筋扯掉，也可以用小刀刮掉，这样吃起来就会嫩许多，也不会塞牙。

2、 最后再放花生，可以保证花生的口感更加酥脆。

第四道：糯米藕

秋天，正是莲藕最好吃的季节，所以，中秋家宴一定不要少了它。糯米藕，一道经典凉菜，在很多餐厅都可以看得到。吃起来软糯可口，香气浓郁。寓意也好，甜甜蜜蜜，很适合在喜庆的节日来吃。



第五步：米塞好后把切下去那一小块藕盖上来，然后用牙签扎紧，如图。

第六步：把莲藕、红糖、冰糖、红枣一起放到电饭锅中，再倒入一大碗清水，水量要没过莲藕。然后按下煮饭键，煮1个小时，然后焖1个小时。

第七步：晾凉切块，再淋上一些糖桂花，就可以上桌了。

多说几句

- 1、 莲藕最好选择两头都不漏孔的，整个越圆越直越好。
- 2、 糯米最好选择圆粒的。
- 3、 糖的量随自己的口味来放，红糖多一点，可以让藕颜色更红润。冰糖多一点，甜味就重一点。
- 4、 糖桂花在网上可以买得到，没有的亲们也可以不放。

第五道：凉拌木耳西兰花

木耳和西兰花一起凉拌，不仅颜色鲜亮，口感也更为丰富。每一口都脆嫩有余，清香鲜爽。满桌大鱼大肉的时候，这样的小凉菜特别开胃。



第六步：将锅里所有的蔬菜捞出过下凉水，接下来，沥干水分备用。

第七步：取一个空碗，放入蒜末、1勺盐，如图。

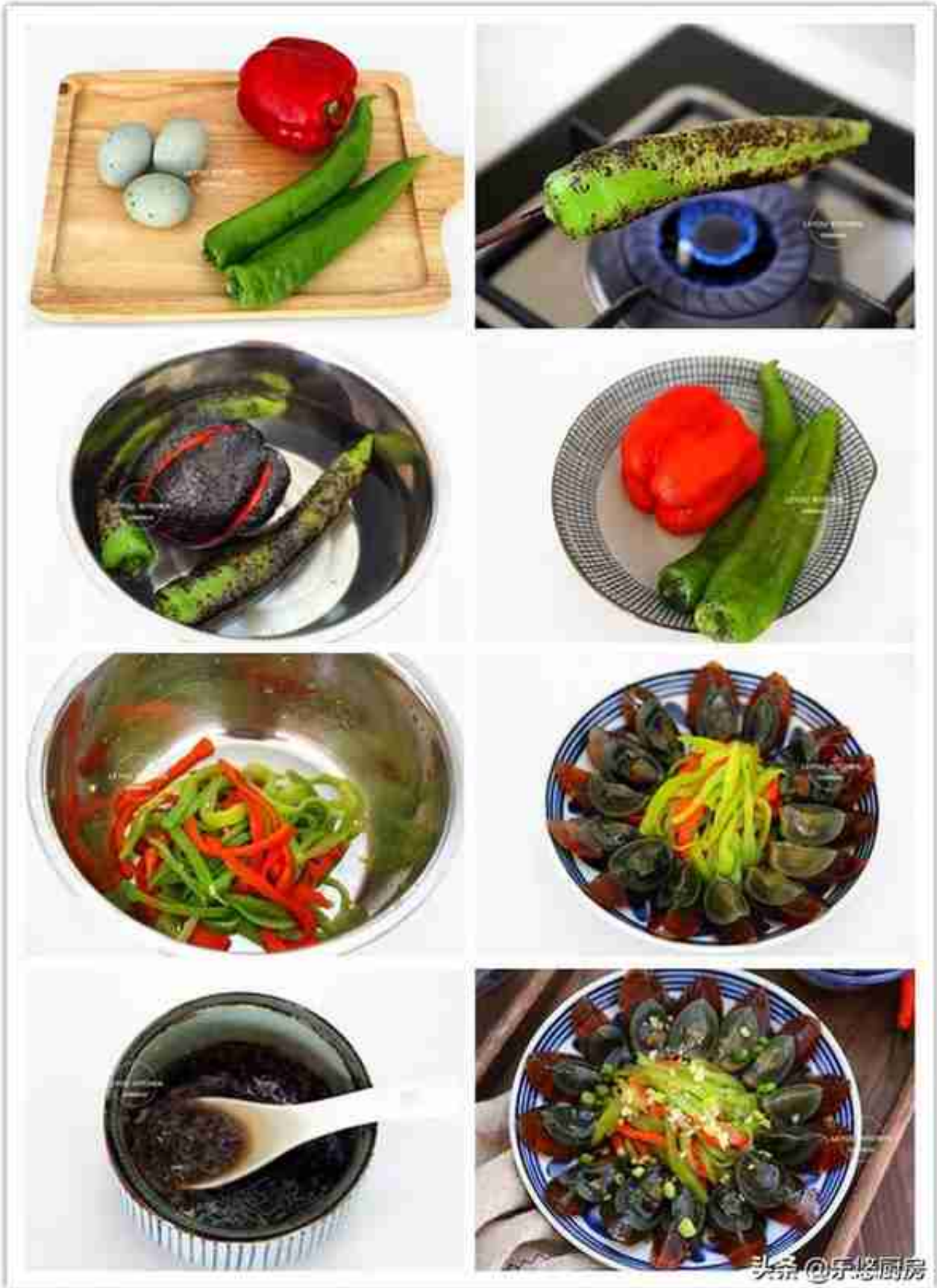
第八步：锅中倒入少许油烧热，然后浇在蒜末上，这时会闻到蒜香味。接下来，往碗中放入2勺醋、1勺蚝油调匀，料汁就做好了。

第九步：将料汁倒入蔬菜中拌匀。

第十步：装盘上桌吧。

第六道：烧椒皮蛋

把辣椒在火上烧一下，然后去掉皮撕成长条，与皮蛋一起凉拌，那味道堪称经典，香辣中带着清爽，每一口都滋味十足，吃过后就让人念念不忘。



第六步：把皮蛋切成小块，然后把撕好的辣椒放入中间。如图。

第七步：取一个空碗，放入姜末、蒜末、2勺香醋、2勺生抽、少许香油、少许白糖搅拌均匀，料汁就做好了。

第八步：将料汁倒入盘中，再撒上少许香葱末，就可以上桌开动了。

多说几句

1、皮蛋也可以蒸一下再切，那样蛋黄完全凝固，在切的时候不容易破坏蛋的形状，也可以起到消毒杀菌的作用。

2、大家在切皮蛋的时候，如图感觉比较粘刀，可以往刀上抹一点香油或者食用油。

3、我用的是红柿子椒，辣度不是很高，肉比较厚实，相应烧至的时间就要久一点。相反，如果辣椒肉比较薄，可以烧的时间短一点。但一定要烧软，表面要烧黑、起泡，那样才好吃。

第七道：水晶皮冻

水晶皮冻，质地透亮，入口即化，清爽不油腻。提前做好放在冰箱里，等家宴的时候，拿出来切成块就可以上桌。



第六步：将所有刮干净的猪皮再次放到清水锅中煮10分钟。

第七步：再次捞出放到清水中降温。

第八步：再次将肉皮上残留的油腻刮干净。（多重复一次，可以将猪皮上的油脂去除的更干净。这样煮出来的皮冻也更透明、爽口。）

第九步：将处理好的猪皮切成条。（也可以用剪来做这一步，比刀切更省劲一些。）

)

第十步：将切好的猪皮冲洗两次。（这样皮面的油脂就去除了的更干净了。）



具体制作方法

第一步：准备食材。蕨根粉丝半包、黄瓜半根、香葱适量、蒜适量、小红辣椒适量。

第二步：锅中倒入适量的水烧开，把蕨根粉丝放入锅中煮3分钟。

第三步：煮好后，关火焖3分钟左右，直至蕨根粉没有硬芯，可以轻松夹断为止。

第四步：将煮好的蕨根粉捞出，放入凉开水中备用。（可以往凉开水中放一些冰块，这样口感清爽。）

第五步：开始准备料汁。先炸辣椒油。锅中倒入40毫升食用油，烧至油温四五成热的时候，关火。（可以用一根筷子来测油温，把筷子插到油中，筷子周围可以冒出

少许气泡。另外，没有青烟冒出。)