

2023年西红柿炒鸡蛋做菜心得 做菜西红柿炒鸡蛋(模板5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

西红柿炒鸡蛋做菜心得篇一

今天，郑老师准备给我们露一手厨艺，说要做西红柿炒蛋。

我很纳闷：郑老师会做饭？不会是黑暗料理吧！我怀着好奇心来到锅旁看，只见桌子上事先准备好了黄色的蛋液、鲜红的西红柿、和一小盘葱头和葱。

开始了，郑老师倒了一点花生油到锅里，只听一阵“滋滋”的响声，锅里散发出一股香味。油在锅里散开，老师便拿起蛋液倒在了锅里。不一会儿，蛋变成一个气球，圆鼓鼓的，可爱极了，这时老师放了一点葱叶，蛋香顿时迎面扑来，“好香！”我在心里暗暗的想。

接着，老师把鸡蛋倒在了一个空碗里，然后加了点油把一盘西红柿倒在锅里，过了一会儿老师把水加在了西红柿里，为了煮烂便把西红柿放在锅里焖，过了一阵子才打开锅盖，这时西红柿的汁水跟水合为一体，老师又把事先炒好的蛋放入锅里一起炒。

紧接着金黄的蛋被汁包裹在了一起，最后老师才关上火，把盐、味精放了进去，教室顿时回荡着西红柿炒蛋的香味，起锅装盘后，白色的盘子、金黄色的蛋和红色的西红柿交错在一起，完美极了。

我迫不及待地夹了一块蛋，塞在嘴里，酸酸甜甜的，真好吃。

公众号：长乐朗程金笔作文

西红柿炒鸡蛋做菜心得篇二

如果你看过电影《大鱼海棠》，你肯定会记得故事中的草莓鸡蛋糕。不管你是不是一个厨艺大师，你肯定都吃过或者听说过炒西红柿炒鸡蛋这道家常菜。这道菜简单易做，而口感鲜美，深受人们的喜爱。今天我来分享一下自己炒西红柿炒鸡蛋的心得体会，希望它能给大家提供一些参考。

第二段：选材和准备

炒西红柿炒鸡蛋是一道以西红柿和鸡蛋为主要材料的菜肴。首先，我们需要挑选新鲜、成熟、口感好的西红柿。可以用刀在西红柿上切开一个小口，如果可以闻到香气，那么这个西红柿就很好。另外，我们需要用鸡蛋打散，加入少量盐和胡椒粉进行调味。准备好这些材料后，我们就可以开始烹饪了。

第三段：烹饪的技巧

炒西红柿炒鸡蛋的关键在于烹饪的技巧。第一步是将西红柿切成小块，然后放入热锅中煸炒。这样可以将西红柿的汁水蒸发掉，使其更加香甜。第二步是加入鸡蛋液。我们需要用筷子轻轻搅拌，使鸡蛋液均匀地覆盖在西红柿上。最后，可以再加入少量盐和糖进行调味。如果你喜欢酸味，可以加入一点醋，也可以加入一些葱花或者香菜提升口感和颜值。烹饪时间也很重要。如果时间过长，西红柿会变得过烂，鸡蛋则会变得过干。所以，我们需要掌握好火候，控制好烹饪时间。

第四段：口感的影响因素

炒西红柿炒鸡蛋的口感除了烹饪技巧，还受到其他因素的影响。例如，鸡蛋的新鲜度、西红柿的品种和成熟程度都会影响口感。此外，加入些许高汤或者肉末也可以增加炒西红柿炒鸡蛋的口感和营养价值。总的来说，我们需要尝试不同的口味和配料组合，不断挖掘并优化口感。

第五段：总结

炒西红柿炒鸡蛋是一道家常菜，但却包含着丰富的口感细节和技巧，每个人都可以做出独特口感的炒西红柿炒鸡蛋。通过我的体验和分享，你可以学到如何选择新鲜材料，掌握烹饪技巧和调味方法，优化口感和品质。最后，我希望每个人都可以拥有自己独特的炒西红柿炒鸡蛋心得体会和口感，享受美食带来的快乐和美好。

西红柿炒鸡蛋做菜心得篇三

炒西红柿炒鸡蛋是中国家喻户晓的家常菜，既易于学习，又非常美味。经过多次的实践和探索，我总结出了一些心得体会，希望能与大家分享。

第一段：准备工作

在炒西红柿炒鸡蛋之前，先要做好准备工作。首先，要将西红柿和鸡蛋准备好，洗净、切好或打散备用。其次，准备炒锅和油，将油烧热后放入西红柿煸炒，炒至变软后加入鸡蛋再煸炒，最后加盐等调料调味即可。准备工作做足了，炒出的鸡蛋西红柿才更加美味可口。

第二段：掌握火候

火候是炒西红柿炒鸡蛋的关键。如果火过大，炒出的鸡蛋干裂，西红柿也会糊底；如果火候过小，鸡蛋炒不熟，口感不佳。因此，在炒制过程中，要掌握好火候，先高温快煸，后

中温慢炒，确保鸡蛋和西红柿熟透，口感更佳。

第三段：技巧与调味

除了火候之外，还有一些小技巧 and 调味要注意。在煸炒的过程中，可以适当加一些水，因为西红柿中含有丰富的营养成分，加水可以保留其营养价值。另外，可以加入一些葱花、姜丝等调味料，提升口感。最后，加盐时要适量，以免过咸。同时，可以根据自己的口味加入一些糖，增加酸甜味道。

第四段：配菜搭配

炒西红柿炒鸡蛋不仅可以单独食用，也可以作为搭配其他菜肴使用。比如，可以再加入一些木耳、豆腐等食材，制成西红柿鸡蛋豆腐汤；或者用它搭配炒饭、烤面包片等，非常适合早餐食用。配菜搭配会让炒西红柿炒鸡蛋更丰富多彩。

第五段：总结与启示

炒西红柿炒鸡蛋是一道简单易学，但口感极佳的家常菜肴。通过不断的实践和总结，我认为掌握好准备工作和火候、运用一些小技巧和调味、合理配菜搭配，可以做出更加美味的鸡蛋西红柿。除此之外，我也认为在日常生活中，我们可以从这道菜肴中汲取到“简单、实用、美味”的启示，通过一些小技巧将日常生活变得更加美好。

西红柿炒鸡蛋做菜心得篇四

炒西红柿炒鸡蛋是中国家喻户晓的一道家常菜，味道鲜美，简单易做，是不少人的最爱。自从学会如何制作这道菜后，我也不断改进着自己的炒菜技巧，借此来谈一下我的炒西红柿炒鸡蛋心得体会。

第二段：选料准备

选用新鲜的、有营养的食材是做菜的基本要求。炒西红柿炒鸡蛋要选用几个成熟度较高、质地略硬的西红柿，不宜选用太熟的西红柿，否则口感会过于糯软。鸡蛋也要选用新鲜的，打散后搅拌均匀，如果觉得黄白不够分明，可以略加搅拌，但需要注意不能过度打散。

第三段：炒制过程

炒西红柿炒鸡蛋的炒制过程需要注意火候和手法。首先将西红柿切成小块，鸡蛋打散备用，然后在锅中倒入适量的油，烧至六七成热后，倒入鸡蛋液，用铲子不断地翻炒，让鸡蛋液凝结成饼状，再将其捣成小碎块，然后将西红柿倒入锅中，继续翻炒，中途可根据个人口味添加适量的盐和糖调味。最后，炒到西红柿变软鸡蛋变黄熟透即可。

第四段：技巧分享

在炒制的过程中，我发现了一些有用的技巧。首先，西红柿炒烂后，可用木铲轻轻压成湿烂的状况，这样汁水会集中，炒出的菜更有汁水，也更容易入味。另外，如果在炒鸡蛋时加入少许清水或牛奶，可以让鸡蛋更松软，口感更好。最后一个技巧是在调味时，可以适当加入一些老抽，这样颜色会更好看。

第五段：总结

炒西红柿炒鸡蛋是一道营养、美味、简单而又经典的家常菜，炒制要求较高，但随着不断地练习，你会越来越熟练，也会有自己独特的口感体验。我个人的心得体会是：选料新鲜、烹制技巧娴熟、尝试不同的调料和口味。最后，希望大家也能享受到美食的魅力。

西红柿炒鸡蛋做菜心得篇五

阳光明媚的一天，妈妈买来了西红柿和鸡蛋。看着新鲜的食材我迫不及待的想做一次西红柿炒鸡蛋了！我连忙跑过去问妈妈，她愉快地答应了。

首先我用勺子把西红柿的皮刮了下去，把鸡蛋打碎。然后我把油倒进锅里，再把西红柿倒进锅里，我刚放进去，西红柿的汁液就喷了出来，就像烟花一样呢！差点就喷了我一身。后来我把早已经炒好的鸡蛋放进锅里，翻来覆去的炒了半天，终于炒好了，真是芬芳扑鼻。妈妈闻到了香味马上从屋里出来了，表扬了我，我非常开心地笑了。

通过做西红柿炒鸡蛋，使我懂了：用心就一定能够做好。

公众号：五员大将大作文