

甲鱼店加盟电话 甲鱼店加盟 武汉卧龙甲

产品名称	甲鱼店加盟电话 甲鱼店加盟 武汉卧龙甲
公司名称	武汉卧龙甲餐饮管理有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	湖北省武汉市汉阳区鹦鹉大道46号长江广场A座6楼
联系电话	15902739092 15902739092

产品详情

莲子炖甲鱼汤食材：莲子50克，甲鱼1只(重750~1000克)，香油、精盐、姜、葱、蒜各适量做法：1、将甲鱼去内脏及头、爪，洗净，切成块;莲子洗净;生姜洗净，去皮，切片;葱剥洗干净，甲鱼店加盟电话，切段;蒜去皮，切片。2、把甲鱼块放入炖锅内，加入适量清水，先用武火烧沸，撇净浮沫。3、放入精盐、生姜、葱、蒜、莲子，文火炖至甲鱼熟烂，淋上香油，撒入味精即成。佐餐食用。功效：本汤具有补虚的功效。适用于气血虚弱所致的头晕、目眩、疲劳等症。中老年人经常食用，可益寿延年。

瓢甲鱼的做法

食谱原料：

甲鱼750克，猪肉，笋子，甲鱼店加盟费用，姜，葱，绍酒。

工艺做法：炖。

配菜专区：热菜;荤菜。

菜谱属地：徽菜。

制作方法：

1、甲鱼杀后剥去尾，爪尖，放在盆中用开水略烫，然后放在冷水中，刮去全身皮膜，在甲壳下面，用刀尖从颈部划开到尾处，挖去内脏，留下肝，洗净沥干水待用。

2、用肥瘦各半的猪肉，切成绿豆大的丁，取笋子也切成绿豆大的丁，将葱、姜各二钱切成末，一起放在碗裏，加盐、水适量，搅拌成馅。

- 3、将肉馅从刀口处填入甲鱼肚内，用三钱湿淀粉封口。炒锅放在旺火上，下熟猪油，烧至六成热时，放入甲鱼(刀口向下)，约炸一分钟，倒入漏勺沥去油。
- 4、原锅放在旺火上，甲鱼店加盟价格，放入切成八分长、四分宽的火腿片，拍松的姜块、蒜瓣和甲鱼，加水刚没过甲鱼，甲鱼店加盟，再加酱油、盐、白糖、烧开后，换小火炖烂。
- 5、在汤烧剩下一半时，烹入绍酒，用湿淀粉调稀勾芡，撒上葱，黑胡椒，起锅装盆。

甲鱼有哪些营养：

甲鱼含有丰富的维生素A，防止夜盲症和视力减退，有助于对多种眼疾的预防。

蛋白质

甲鱼中蛋白质的含量比鸡蛋还高30%，是牛奶的4倍。蛋白质中含有18种氨基酸，并含有一般食物中少见的蛋氨酸。能够强身健体。

不饱和脂肪酸

甲鱼的脂肪以不饱和脂肪酸为主，不饱和脂肪是一种对人体有益的脂肪酸。甲鱼体内的不饱和脂肪酸含量很高，其中高度不饱和脂肪酸占32.4%，是牛肉的6.5倍。甲鱼肉具有鸡、鹿、牛、羊、猪5种肉的美味，有“美食五味肉”的美称，是高蛋白低脂肪的滋补珍品。

甲鱼店加盟电话-甲鱼店加盟-武汉卧龙甲(查看)由武汉卧龙甲餐饮管理有限公司提供。行路致远，砥砺前行。武汉卧龙甲餐饮管理有限公司致力成为与您共赢、共生、共同前行的战略伙伴，更矢志成为其它具有竞争力的企业，与您一起飞跃，共同成功!