

# 北海天然特级黄花胶干货深海鱼胶筒鱼鳔小鱼肚孕妇月子滋补

产品名称	北海天然特级黄花胶干货深海鱼胶筒鱼鳔小鱼肚孕妇月子滋补
公司名称	北海市海城区相敏水产品商行
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	北海市靖海镇河南路西二巷20号之左-1铺面（经营场所）
联系电话	13586829268

## 产品详情

鱼胶即鱼鳔的干制品，富含胶质，故名鱼胶，也称鱼肚、花胶。鱼胶与燕窝齐名，是八珍之一，素有海洋人参之誉。鱼胶主要成分为胶原蛋白、多种维生素及钙、铁、锌、硒等多种微量元素。是理想的高蛋白低脂肪食品。是人体补充、合成蛋白质的原料，且易于吸收和利用。

### 花胶泡发三步骤

- 1、蒸：用清水将鱼胶整体洗湿、洗净后加上姜片，放入蒸锅隔水蒸至15分钟左右（怕腥的话可以用料酒洗湿）（鱼胶受热后会缩小，泡发会变大）
- 2、泡：再使用冷水（纯净水比较好）泡发4-12小时即可完成泡发（密封放入冰箱保鲜层）
- 3、将泡发好的花胶洗净表面杂质即可进行炖煮、烹饪。

适宜人群：男女老少，孕产妇（例假，感冒待恢复后再食用）

营养价值：富含胶原蛋白，维生素，钙等