

优质智利三文鱼 mainsream

产品名称	优质智利三文鱼 mainsream
公司名称	青岛恒德长青国际贸易有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:mainsream 净重:20000000 (g) 保质期:720 (天)
公司地址	青岛市市南区山东路9号深业中心大厦B栋22F户
联系电话	15165235686 13869851900

产品详情

品牌	mainsream	净重	20000000 (g)
保质期	720 (天)	原产地	智利
生产厂家	智利	储藏方法	-20C冷冻
等级	A	规格	2-4kg, 4-6kg
生产日期	2010	售卖方式	包装
特产	是	产品类别	冷冻三文鱼

常年供应智利三文鱼，现货规格2-4kg，4-6kg，去头去脏

智利三文鱼产于大西洋深海，富含优质蛋白、奥米加三脂肪酸（omega-3）包括epa及dha不饱和脂肪酸及多种维生素和矿物质，是世界上最有益人体健康的鱼类之一，也是世界卫生组织提出的十大健康食品之一。

经常吃三文鱼这种营养价值很高的鱼类，对于健康的促进大有裨益。

三文鱼在欧美等发展国家是人们餐桌上常风险佳肴。

营养价值。每100克鱼肉中约含3克不饱和脂肪酸（epa和dha），位于鱼类之首；富含维生素a、维生素b1、维生素b2、维生素b12、维生素d；胆固醇含量极低。所含dha，对人脑部、眼部、神经系统、防疫系统的发育健康都有非常好的作用。多用于生吃。

（三文鱼的吃法有许多种，在日本，三文鱼往往被做成鱼生或是寿司，对不喜生食的中华民族来说，并不是十分可人的吃法。而在挪威，三文鱼有腌、熏、煎、煮四种吃法。六和首推薰的吃法，将切成片的三文鱼放在烧烤架上，用木炭慢薰，外面不能太焦，而里面的肉质又必须保持鲜嫩，时间一般为40分钟。三文鱼有入口即化的特点，当用油煎和水煮时特别明显。三文鱼的汤应该说并不是鲜美，不如用包头鱼滚头腐来得好吃，但她的肉质绝对是上乘之选。若用油煎，那么香脆可口的鱼皮也甚是难得。油煎，水

煮和薰烤是我们家吃三文鱼最常用的三种方法，现在就介绍一下大厨们的做法吧。

响铃三文鱼原料：三文鱼、薯片、广东泡菜、白蜚头丝少许。做法：薯片垫底，中间夹广东泡菜、白蜚头丝，上面摆放新鲜三文鱼片。吃法：将薯片、三文鱼等一同入口而食。用广东泡菜来拌三文鱼可以提高三文鱼的鲜美口味，薯片和蜚头的酥脆与三文鱼的软绵搭配在一起，口感更好。

酿皮三文鱼原料：三文鱼、酿皮（凉粉皮）调料：芝麻酱、柠檬汁、鲜味汁、味精、盐、香醋、香油。做法：将三文鱼切成薄片，凉粉皮切成丝；再用三文鱼片将凉粉皮丝卷成卷即成。吃法：三文鱼卷蘸酱而食。

跳水三文鱼原料：三文鱼、白萝卜丝。调料：野山椒粒、泡菜水、味精、鲜味汁、糊辣油、花椒。做法：将三文鱼切成长方形片，白萝卜切丝；将白萝卜丝垫底，三文鱼片整齐地摆在萝卜丝上即成。吃法：将三文鱼及萝卜丝一同蘸调料而食。

三椒会脍原料：三文鱼、鲜红椒末、洋葱、小葱、蒜、姜、芝麻、花生末、柠檬汁、花椒、糖、盐。做法：将三文鱼用红椒、花椒、盐、洋葱、蒜、胡椒等料腌12小时，切片备用；把青萝卜丝用水冲透，放入盘中，再把三文鱼放在上面即可食用。

竹香三文鱼原料：三文鱼、香菜末。调料：辣椒酱、蒜泥、盐、味精。做法：将竹叶用水洗净，把三文鱼放入竹叶中，上面撒上香菜末即可。吃法：蘸蒜辣酱而食。

挪威三文鱼玫瑰花原料：挪威三文鱼丁片、红鱼子或黑鱼子适量、水瓜柳丁。配料：柠檬汁拌生菜沙拉、蛋黄、蛋白碎少许。料汁：沃特加奶油汁。制做方法：1、将熏三文鱼肉5片卷成玫瑰花状，放在盘中，花心部分放入少量的鱼子和水瓜柳丁。2、将沃特加奶油汁铺在盘中，中间放上用柠檬汁拌好的生菜沙拉，上面撒少许蛋黄和蛋白碎。3、将卷好的三文鱼花放入盘中即可。