

滑菇

产品名称	滑菇
公司名称	福州喜来福贸易有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	福州市晋安区康山路12号.
联系电话	0591-15980605848 1598060584813192141418

产品详情

一种冬、春季发生的菌盖粘滑的木腐菌，为主要人工栽培食用菌之一。属球盖菇科（Strophariaceae）鳞伞属。学名*Pholiota nameko* Ito ex Imai.，又名光帽鳞伞，光帽黄伞。每100g干菇含粗蛋白质21.8g、脂肪4.25g、碳水化合物64.8g、纤维素7.35g。子实体含丰富的多糖，能提高机体的免疫力。在自然界多生长于壳斗科（Fagaceae）等阔叶树的倒木或树桩上，松木或未完全死亡的阔叶树杆上也能生长。

烹饪指导

滑菇肉丸汤

口味特点

菇滑肉香，汤鲜味美

主要材料

boyu猪瘦肉100克 滑菇100克 荸荠15克 生姜块 淀粉适量 调味料:食用油500克 香油1小匙 精盐2小匙 白糖1小匙 味精1小匙

做法

- 1、瘦猪肉洗净剁成肉泥，生姜洗净切丝，荸荠去皮洗净后切米；
- 2、把肉泥、荸荠、精盐、味精、淀粉打成肉馅，烧热油锅，把肉馅做成丸子，炸成金黄色后捞起沥油；
- 3、锅内留底油，放入生姜后加水烧开，下入肉丸煮至浮起，放入滑菇、精盐、味精、白糖煮透，淋入香油即可。

滑菇炒小白菜

材料：

鲜滑子蘑、小白菜、鸡片（可自由选择是否使用）

特点：

口味清淡、颜色漂亮

做法：

- 1、滑菇洗净（尤其要注意根部）；小白菜洗净，折为两段；鸡胸脯肉切片；
- 2、鸡片用少许盐腌制10分钟；
- 3、锅内少许油，放入鸡片翻炒；
- 4、放入滑菇翻炒后加入少许汤汁（此时放盐）；
- 5、起锅前放入小白菜略煮；
- 6、加入鸡精（也可不放）。

珍菇：可食、可药、可补、百姓餐桌久食不厌，有“素中之荤”。

送礼：送绿色、送健康：就选择《森林食品》真正无污染、高品质、高营养的养生保健食品。

联系人：饶先生 联系手机：13192141418 15980605848

网址：<http://www.cn-mushroom.com>