

甲鱼的做法 武汉安戈达

产品名称	甲鱼的做法 武汉安戈达
公司名称	武汉安戈达餐饮管理有限公司
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长江广场A座6楼961-963室
联系电话	13995523101 13995523101

产品详情

甲鱼的营养价值是非常丰富的，自古以来就被人们视为滋补佳品，具有水产之珍品，筵席之佳肴的美誉。甲鱼中富含丰富的维生素等多种物质，同时它还具有非常多的动物胶原蛋白，核酸，铁元素，钙元素等多种微量元素，所以说它是一种营养价值非常高的低脂肉类食物。在生活中经常吃一点甲鱼，能够起到很好的强身健体的作用，因为它其中含有丰富的营养元素，这些物质能够很好的补充身体所需要的营养物质，能够增强人体的免疫力，提高抗病能力，促进身体的新陈代谢，起到强身健体的作用，人们经常吃一点是非常不错的。非常适合一些身体比较虚弱或者是大病初愈的人来食用，能够帮助身体快速的恢复，无论是老人还是小孩生活中都可以适量的吃一些。

甲鱼又称鳖或团鱼，是一种卵生两栖爬行动物，其头象龟，但背甲没有乌龟般的条纹，甲鱼的做法，边缘呈柔软状裙边，颜色墨绿。甲鱼常在水底的泥沙中生活，喜食鱼、虾等小动物，瓜皮果屑、青草以及谷物等也吞食。甲鱼肉味鲜美，富含蛋白质每百克肉蛋白质高达16.5克，脂肪含量较高同时富含钙、磷、铁等多种元素，营养价值很高，是滋补珍品，但切记过量食用。

特色菜式:鸡炖甲鱼

主料：甲鱼1只、鸡半只

调料：盐适量、味精适量、姜适量、八角适量、花椒适量、葱白适量

甲鱼炖鸡的做法：

- 1.将甲鱼开肚后放干净血。
- 2.把鸡洗净切块。
- 3.将甲鱼在开水中焯一下，以便剥除壳上和蹄上的绿色筋膜，仔细搓干净。

4. 除去的筋膜和内脏。甲鱼肝可以留着吃。

5. 处理过洗净后的甲鱼，外表没那么绿了。

6. 把甲鱼和鸡凉水入锅，放入姜片、八角等煲汤调料。大火煮开后，小火慢炖。炖时要不断撇去血和浮沫，使汤清亮。

7. 一个多小时后，炖至食材的精华都出来后，肉烂，汤色变得清亮且糯滑，然后放盐。关火前点少许白胡椒粉、味精调味，撒上香菜，即可盛出上桌。

甲鱼的做法-武汉安戈达由武汉安戈达餐饮管理有限公司提供。武汉安戈达餐饮管理有限公司是从事“大圣甲酱料,甲鱼”的企业，公司秉承“诚信经营，用心服务”的理念，为您提供更好的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：陈总。