

# 新鲜冷冻鲍鱼 6只装 大约500G/包

产品名称	新鲜冷冻鲍鱼 6只装 大约500G/包
公司名称	福建富庚农业发展有限公司
价格	68.00/斤
规格参数	品种:鲍鱼 产地/厂家:福建富庚农业发展有限公司 用途:食用
公司地址	福州市晋安区紫新路57号紫阳商住楼（紫阳新城）四层
联系电话	86-0591-83620696 13763852868

## 产品详情

??????

一般人都可以吃鲍鱼。夜尿频、气虚哮喘、血压不稳、精神难以集中者适宜多吃鲍鱼。糖尿病患者也可用鲍鱼作辅助治疗，但必须配药同炖，才有疗效。每次1个。一定要煮透，不能吃半生不熟的。有些人每啖鲍鱼就胃痛，这是因为它的高蛋白质颇难消化的缘故。痛风患者及尿酸高者不宜吃鲍肉，只宜少量喝汤。虽然鲍鱼人人爱吃，但感冒发烧或阴虚喉痛的人不宜食用。

??????

鲍鱼是海产贝类，同鱼毫无关系，倒跟田螺之类沾亲带故。它是海洋中的单壳软体动物，只有半面外壳，壳坚厚，扁而宽，形状有些像人的耳朵，所以也叫它“海耳”。自古被人们视为“海味珍品之冠”，其肉质柔嫩细滑，滋味极其鲜美，非其他海味所能比拟的。尤其是在东南亚一些国家的华裔和港澳同胞，对鲍鱼特别青睐。据说其谐音“鲍者包也，鱼者余也”，鲍鱼代表包余，以示包内有“用之不尽”的余钱。因此，鲍鱼不但是馈赠亲朋好友的上等吉利礼品，而且是宴请、筵席及逢年过节餐桌上的必备“吉利菜”之一。鲍鱼以山东、广东、辽宁等地产量最多，产期为春秋两季。1.

一定要煮透，不能吃半生不熟的，有些人每啖鲍鱼就胃痛，这是因为它的高蛋白质颇难消化的缘故。2. 识别优质鲍鱼：优质鲍鱼呈米黄色或浅棕色，质地新鲜有光泽，椭圆形，身体完整，肉厚饱满。劣质鲍鱼颜色灰暗、褐紫，无光泽，有枯干灰白残肉，鱼体表面附着一层灰白色物质，甚至出现黑绿霉斑。鲍鱼以个体均匀、个大、椭圆形、体洁净，背面凸起，肉厚，紫红色有黄色，有光泽，味香鲜，干货表面有白霜为上品

# ??????

鲍鱼性平、味甘咸，归肝经；具有养血、柔肝、滋阴、清热、益精、明目的功能；可治月经不调、大便秘结等疾患

原料：

鲜鲍鱼、鸡爪、排骨、猪皮、鸡翅。

配料：

蚝油（李锦记）、盐、糖、鸡精、姜、酱油。

做法：

- 1、把鲜鲍鱼放在外面化冰后用粗盐洗干净待用，把锅里放入水烧开后放入姜片接着吧鸡爪，排骨，猪皮，鸡翅逐一过水；
- 2、锅里倒入油，然后把过完水的鸡爪，排骨，猪皮，鸡翅逐一放入油锅里炸到偏黄色，外表有点脆就可以了；
- 3、把处理过的鸡爪，排骨，猪皮，鸡翅放入沙锅的底部，接着吧鲍鱼放在其他食材的上面，把沙锅里放入水，然后用大火烧30分钟，看汤如果烧到有点乳白色改成中火，（沙锅里的水不能少于半锅）到2锅水烧成1锅水的时候接着加入少许盐，糖（2-3勺），鸡精，半瓶蚝油左右，用老抽酱油着色，然后用大火烧30分钟然后加满水改小火闷4-8个小时，（时间长的话鲍鱼更能入味）就可以把鲍鱼取锅了，然后把沙锅里面剩余的鸡爪，排骨，猪皮，鸡翅取出，把鲍汁倒入碗中备用，可以煮面条的工具，把鲍汁里的杂质弄干净；
- 4、把鲍鱼装盘，然后锅里倒入适量的鲍汁烧开，然后勾芡就可以了

蒜茸蒸鲜鲍鱼原料：鲍鱼、蒜、盐、鸡精、糖。做法：1、完整的鲍鱼；（我放在冰箱里冷藏了一夜，忘记泡在水里，第二天已经死了，还好，处理活的更不敢下手了。）2、将鲍肉从鲍壳上剥下，鲍鱼去掉肠肚，加盐搓洗一下，冲洗干净，鲍壳用刷子刷洗一下；3、蒜蓉用热油烫一下，加入盐、美极鲜、鸡精、糖，将鲍肉放入鲍壳中，浇上汁，锅中水开后放入锅中，大火蒸七八分钟即可。 蚝油鲍鱼材料：新鲜鲍鱼、盐、葱、姜、蚝油、生抽、鸡精、糖、葱丝。做法：1、将新鲜鲍鱼周围硬边清理后，用盐揉搓以去除粘液。洗净后，撒上葱姜和料酒上蒸锅蒸十分钟，（想吃嫩的8分钟，老的10分钟）2、时间到取出后，把身上的葱姜拿掉，在上面撒上提前拌好的酱汁：是由蚝油，生抽，鸡精，糖，搅拌一起均匀包围鲍鱼全身。最后，每个鲍鱼上面再撒上些葱丝。3、锅中倒少许油，冒烟后淋在鲍鱼上即可！ 清蒸鲍鱼原料：鲍鱼200克。盐5克、料酒10克、小葱10克、味精2克、姜30克、醋20克、花椒5克、酱油15克、香油5克。（其实这些根据实际状况来就好）做法：1、将鲍鱼两面刮上斜直刀，由中间切开；2、葱姜洗净，葱切条，姜一半切末，另一半切片；3、将鲍鱼摆盘中，加料酒、味精、汤100毫升、葱条、姜片、花椒和盐，上屉蒸；4、蒸10分钟左右取出，拣出葱、姜、花椒；5、碗内加入醋、酱油、姜末、香油兑成姜汁；6、食时，将姜汁与鲍鱼一起上桌，蘸姜汁吃。（还有鲍鱼粥之类的，很多可以自己在日常下厨中琢磨出来）希望能帮到你

## 清蒸鲍鱼的做法

菜系及功效：东北菜 肝调养食谱 滋阴食谱 夜尿多食谱 明目食谱 工艺：清蒸

清蒸鲍鱼的制作材料：

主料：鲍鱼200克

调料：

盐5克,料酒10克,小葱10克,味精2克,姜30克,醋20克,花椒5克,酱油15克,香油5克

清蒸鲍鱼的特色：

此菜色洁白，清鲜而嫩，与姜汁同食口味尤佳。

清蒸鲍鱼的做法：

1. 将鲍鱼两面剖上斜直刀，由中间切开；
2. 葱姜洗净，葱切条，姜一半切末，另一半切片；
3. 将鲍鱼摆盘中，加料酒、味精、汤100毫升、葱条、姜片、花椒和盐，上屉蒸；
4. 蒸10分钟左右取出，拣出葱、姜、花椒；
5. 碗内加入醋、酱油、姜末、香油兑成姜汁；
6. 食时，将姜汁与鲍鱼一起上桌，蘸姜汁吃。

"新鲜冷冻鲍鱼 6只装 大约500G/包"的生产日期为近期，类型是冰冻，生长环境为海水，规格是具体以称重为准（粒/kg），保质期为300，用途是食用，品种为鲍鱼，产地/厂家是福建富庚农业发展有限公司，售卖方式为包装，生长方式是野生