

# 烤味佳 BBQ不锈钢烧烤架 便携式碳用烧烤炉 户外烧烤炉 8835

产品名称	烤味佳 BBQ不锈钢烧烤架 便携式碳用烧烤炉 户外烧烤炉 8835
公司名称	中山市云丰金属制品有限公司
价格	458.00/个
规格参数	品牌:cowekai/考味佳 形状:方形 货号:yf-8835
公司地址	中国 广东 中山市 板芙镇芙蓉路10号
联系电话	86 0760 86511157 13823931260

## 产品详情

公司名称：中山市云丰金属制品有限公司

联系电话：0760-88511161（苏先生）

公司地址：中国 广东 中山市 东区利和国际金融中心1807

### 健康烧烤须注意的地方

#### 1 烧烤加多少次蜜糖会更好味？

当烧烤时想给食物增加更好的美味，不少人都喜欢在烧烤食物上加蜜糖，有时买两瓶蜜糖都不够用。因为有些人爱甜甜的味道，蜜糖加完一次又一次，却未想到一汤匙蜜糖已有65卡路里，大大增加了热量的摄取！其实想增添食物鲜味，又想健康点，营养师建议大家，涂一次蜜糖便足够了，其后不妨选用黑椒粉、芥辣等天然调味品(调味品食品)，以增加食物的香味。

## 2 烧烤食品所含卡路里和人体健康

既然烧烤要吃得健康，那肯定要懂得选择食物。而很多人烧烤最爱烧鸡翼，但一件鸡全翼，已有150卡路里，一次烧烤四到五只，这样已摄取了600卡路里，相等于两大碗饭，要品尝烧鸡香味，作为较佳的代替品不妨选择鸡扒或鸡柳。

至于烧烤的“头盘”，大家自然联想到快捷方便的肠仔，但别看轻这小伙子，一条普通的鸡肉肠，热量有90卡路里，而近年较受欢迎的芝士肠，一小条更达115卡路里之多，其实肠仔之所以热量爆灯，都是拜当中之肥肉及内脏所赐，同时人造色素劲多，真是少食多滋味。要品尝快捷又“轻量级”的头盘，不妨选吃肉丸类食物，虽然肉丸之盐分偏高，但总比肠仔健康。但选购时，未经油(油食品)炸的鱼丸或牛丸是较佳的选择，切忌选墨鱼丸或贡丸等，前两者十粒只有100卡路里，但后两者却有150卡路里。

## 3 除了肉还可以烧烤些什么？

烧烤不一定只以肉类为主食，像别的食物如蔬菜烧起来同样美味。谷类食品健康烧烤首选，当然是烧粟米了，其不但金黄美味，又易饱肚。此外，番薯也是不错的选择，含丰富的纤维素(纤维素食品)，有益肠脏。而热烘烘、脆卜卜的烧包，容易入口，但切忌加入大量蜜糖！

至于现成的烧烤包，当中的肉类，多含大量腌料，故最好自家准备，用天然的调味料，如新鲜的洋葱、蒜头、辣椒等，健康又味美。选择肉类时，不妨多选吃海鲜类，包括蟹、虾、带子、鱼等，烹调方法可将海鲜放入锡纸中，烧熟后加入少量豉油，即美味非常。而可烧的蔬菜，选择尤多，首选灯笼椒，另外西兰花、西红柿、金菇也不错，用锡纸包住任何切片蔬菜，放进烧烤炉烘3~5分钟，便可食用。

"烤味佳 BBQ不锈钢烧烤架 便携式碳用烧烤炉 户外烧烤炉 8835"的适用人数为5人以上，主件工艺是冲压,拉伸,点焊,抛光，货号为YF-8835，材质是不锈钢，加工定制为否，产地是中山，形状为方形，重量是3.8（kg），是否带烧烤架为是，品牌是Cowekai/考味佳，烤架/盘规格为43.5\*29.5，箱装数量是1，规格(长\*宽\*高)为99\*71\*33（cm）