

料理食材寿司冷冻海鲜三文鱼籽

产品名称	料理食材寿司冷冻海鲜三文鱼籽
公司名称	扬州中意诚信食品有限公司
价格	面议
规格参数	品牌:其他 是否进口:是 有无中文标签:有
公司地址	贾庄南巷15号2幢204室
联系电话	13773585198

产品详情

三文鱼籽蒸蛋
编辑

原料：鸡蛋400克、加拿大三文鱼鱼籽200克。

配料：盐、鸡粉、味精、色拉油各5克、葱花2克、高汤100克、湿淀粉3克。

目录

1材料：

2做法：

3营养价值：

4食用须知：

1材料：

原料：鸡蛋400克、加拿大三文鱼鱼籽200克。

配料：盐、鸡粉、味精、色拉油各5克、葱花2克、高汤100克、湿淀粉3克。

2做法：

- 1、鸡蛋打入盘内加水150克、盐打匀，放入盘中上笼蒸8分钟取出，放着待用；
- 2、三文鱼鱼籽放入沸水中大火余1分钟，取出控油；
- 3、锅内放入色拉油，烧至七成热时放入葱花小火煸炒出香，拣去葱花后放入高汤中火烧开；
- 4、放入三文鱼鱼籽、鸡粉、味精调味，加湿淀粉勾芡，出锅浇在蒸好的鸡蛋上面。三文鱼籽蒸蛋就算做好了。

3营养价值：1.三文鱼鱼籽中含有丰富的不饱和脂肪酸，能有效降低血脂和血胆固醇，防治心血管疾病，所含的 ω -3脂肪酸更是脑部、视网膜及神经系统所必不可少的物质，有增强脑功能、防治老年痴呆和预防视力减退的功效；其中，以加拿大的三文鱼鱼籽最为上等。

2.三文鱼鱼籽能有效地预防诸如糖尿病等慢性疾病的发生、发展，具有很高的营养价值，享有“水中珍品”的美誉。

4食用须知：

适合心血管疾病患者和脑力劳动者；适合患有消瘦、水肿、消化不良等症人群。

本产品的品牌是其他，是否进口是是，有无中文标签是有，原产地是其他，售卖方式是包装，净重（规格）是500（g），包装规格是2小盒/包