

# 华升鸡腿菇/鸡腿蘑/营养丰富干货150克/厂家直销QS认证

产品名称	华升鸡腿菇/鸡腿蘑/营养丰富干货150克/厂家直销QS认证
公司名称	古田县华升食品有限公司
价格	面议
规格参数	种类:干鸡腿菇 品牌:华升 等级:特级
公司地址	古田县城东食用菌加工基地工业园区6号A地块
联系电话	3831163 13950556117

## 产品详情

鸡腿菇是鸡腿蘑的俗称，因其形如鸡腿，肉质肉味似鸡丝而得名，是近年来人工开发的具有商业潜力的珍稀菌品，被誉为“菌中新秀”。常被作为稀有山珍出现在餐桌上。据分析，鲜菇含水分92.2%；每100克干菇中含粗蛋白25.4克，脂肪3.3克，总糖58.8克，纤维7.3克，灰分12.5克；鸡腿菇还含有20种氨基酸（包括8种人体必需的氨基酸）。菇体洁白，美观，肉质细腻。炒食，炖食，煲汤均久煮不烂，口感滑嫩，清香味美，因而倍受消费者青睐。由于鸡腿菇集营养，保健，食疗于一身，具有高蛋白，低脂肪的优良特性。且色，香，味形俱佳。菇体洁白，美观，肉质细腻。炒食，炖食，煲汤均久煮不烂，口感滑嫩，清香味美，因而倍受消费者青睐。据分析测定，每100克鸡腿菇干品中，含有蛋白质25.4克（其含量是大米的3倍，小麦的2倍，猪肉的2.5倍，牛肉的1.2倍，鱼的0.5倍，牛奶的8倍），脂肪3.3克，总糖58.8克，纤维7.3克，热量346千卡；还含有钾1661.93毫克，钠34.01毫克，钙106.7毫克，镁191.47毫克，磷634.17毫克等常量元素和铁1376微克，铜45.37微克，锌92.2微克，锰29.221微克，钼0.67微克，钴0.67微克等微量元素。鸡腿菇含有20种氨基酸，总量17.2%。人体必需氨基酸8种全部具备，占总量的34.83%；其它氨基酸12种，占总量的65.17%。鸡腿菇炒鲜鱿主料：鸡腿菇、鲜鱿鱼  
辅料：青红椒、豆芽菜 调料：盐、白糖、胡椒粉、料酒、蚝油、葱、姜、蒜  
烹制方法：1、鸡腿菇去根，鲜鱿鱼、柿子椒分别洗净切丝，分别汆烫一下沥干水分；

2、将葱切度，姜切末，蒜切片，坐锅点火倒入油，油热后放入葱姜蒜煸香，再放入青红丝椒、鸡腿菇、鱿鱼、豆芽菜翻炒，加盐、白糖、胡椒粉、料酒、蚝油炒匀出锅即可。

特点：爽嫩香滑，清香适人。

鸡腿菇烧蹄筋用料：水发猪蹄筋400克、鲜鸡腿菇200克、蒜头、化鸡油、植物油、高汤、精盐、胡椒粉、味精、料酒、水淀粉、姜块（拍开）、葱段各适量。鸡腿菇烧蹄筋制法：1.锅置中火上，放入植物油、姜块、葱段炒出香味，倒入400毫升高汤、烧沸后、加入猪蹄筋，用小火焖2分钟，捞出。2.鸡腿菇洗净后，对切成两半。蒜洗净，去两端修平整，同时下入沸水锅中煮2分钟到断生、捞出、放入清水中漂冷。3.锅置旺火上，倒入高汤，先放入精盐、料酒、胡椒粉、味精，后下蹄筋、鸡腿菇、蒜，浇淋入味

后，用水淀粉收汁，淋化鸡油推匀，装入盘中即成。

鸡腿菇咸肉 原料：鸡腿菇100克、咸猪肉100克、姜10克、葱10克、花生油30克、盐5克、味精10克、白糖5克、蚝油10克、生抽王10克、湿生粉适量、麻油5克。

操作：1、鸡腿菇切片、咸猪肉用水洗一遍，切厚片。注：（腌咸猪肉的方法是：先把五花肉洗干净、煮熟、捞起、浸热抹上盐、腌3小时后用）。姜切片、葱切长段。  
2、烧锅下油，放入鸡腿菇，加盐炒熟至香浓，倒出待用。3、锅内加油少许，下姜片、咸猪肉煸炒至干香时，调入味精、白糖、投入鸡腿菇、葱段，翻炒数次，用湿生粉勾芡，淋入麻油即成。

滑炒鸡腿菇 原料：鸡腿菇、胡萝卜 调料：盐、鸡精、色拉油、淀粉、葱油

做法：1、鸡腿菇、胡萝卜洗净，切成片，用沸水焯一下。  
2、锅内放少许油，下入鸡腿菇和胡萝卜翻炒，调味后勾芡，起锅时撒几滴葱油即可。

本产品的种类是干鸡腿菇，品牌是华升，等级是特级，高度是5-8（cm），完整性 是80.0（%），杂质是0.1（%），水分 是85.0（%），产地/厂家是福建