

香椿的美味佳肴

产品名称	香椿的美味佳肴
公司名称	深圳鸿业餐饮服务有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	深圳市龙岗区龙岗大道欢城广场B座1205-1206室
联系电话	0755-84567021 13632687501

产品详情

香椿有哪些美味佳肴？

春季万物复苏，草木萌芽的季节！对于香椿也是一样，香椿即是香椿，也可以称之为香椿芽。主要产于中国中部和南部，尤其是河南、河北、山东等地居多！

香椿营养丰富，富含钙、磷、钾、钠等成分。香椿中丰富的维生素C、胡萝卜素等，有助于增强机体免疫力，润泽肌肤，补阳滋阴。同时，香椿也可以清热利湿，利尿解毒。

那么，香椿有哪些美味佳肴呢？下面，鸿业小编介绍几种做法。

炸香椿，鲜香椿炸了特别特别鲜、特别特别香。这种吃法对咳嗽也有很好的治疗作用。

步骤：

1、椿芽洗净，放入适量盐搓匀腌制一会。用手搓一下能帮助入味。

鸿业餐饮集团提醒您：炸香椿一般不用焯水，腌制时间不要过长，半小时左右即可，盐不要太多，因为我们是短期快速腌制，盐附着在表面，多了会很咸，掩盖椿芽的香味。

2、调面糊，可加入一颗鸡蛋，这样炸出来颜色比较金黄好看。

3、抖一下椿芽上多余的盐，一根根放入面糊，挂糊，下锅炸。炸至浮起、两面金黄即可捞出。

椿芽炒鸡蛋

步骤：

1、香椿焯水。时间不要长，直接把香椿放入开水中烫一下即可。

2、香椿捞出过凉，挤去水分，切丁或小段。我喜欢切段，风味更足。

3、几颗鸡蛋打散，放入葱花、香椿段、盐，搅拌均匀，下锅翻炒至鸡蛋凝固即可。

香椿拌豆腐，最原汁原味的吃法，香椿的独特香味跟豆腐的清香相得益彰。

步骤：

1、香椿放开水里烫一下捞出过凉，切小段或切末。

2、豆腐切小块，放热的淡盐水里浸泡一会，捞出放凉。盐水浸泡一是去除豆腥味，二是让豆腐更入味，三是会让豆腐口感更嫩。

3、将放凉的豆腐和椿芽放入碗中，加入生抽、盐、香油拌匀即可。

鸿业餐饮集团是工厂饭堂外包公司、深圳饭堂承包公司，专注于食堂承包、深圳饭堂承包、蔬菜配送、食堂服务等，欲知更多详情，请关注<https://www.szhongyefood.com/>或欢迎拨打服务热线：4008-568-138。