

泡干香菇的水的处理

产品名称	泡干香菇的水的处理
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

泡干香菇的水应该如何处理？

干香菇在使用前，人们都会先用清水将它们泡发洗干净。但是泡干香菇看似简单，其实也是有大学问的，如果泡干香菇的方法不恰当，不但会破坏它的味道，还会破坏其中的营养成分。下面，鸿业小编就和大家一起去看看如何正确地泡干香菇？

1. 用温水泡发

干香菇之所以具有鲜美的味道，主要是由于其中含有蘑菇香精和鸟苷酸这两种带有鲜味的成分。尤其是鸟苷酸的鲜味强度是普通味精的几十倍。这两种成分只有在25 ~35 的环境下才不会被分解氧化。泡发干香菇的时间不宜太长（以干香菇完全泡软为宜），而且不要用热水泡发香菇，热水会使香菇中的挥发性物质损失，使香气大大减少。

2. 泡发干香菇的水不要倒掉

很多人在泡发干香菇后，会将泡过香菇的水倒掉。这样做其实是一种浪费。因为干香菇在浸泡过程中，有些营养成分会溶于水中，比如水溶性维生素如B族维生素等，还有具有增强免疫力等功效的多糖类物质都会溶于水中。如果倒掉了太可惜，其实只要把干香菇在浸泡前仔细清洗干净泥沙和尘土，然后再浸泡香菇，这样的香菇水就完全可以利用。

3. 蒸出来的香菇水可用于勾芡

做香菇油菜时可以把香菇放入盘子中先蒸熟，再用盘子中蒸出来的香菇水勾芡会让香菇油菜更美味。

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。