

炸香蕉技术短期培训班，包教包会

产品名称	炸香蕉技术短期培训班，包教包会
公司名称	青岛膳学派餐饮管理有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	山东省青岛市城阳区重庆北路93号（注册地址）
联系电话	13687676162

产品详情

炸香蕉是甜点小吃，外脆里嫩，清香不上火。它具有健脾胃，润肠燥的功效。适宜于脾胃虚弱，饮食食减少，肠燥便秘，痔疮出血等病症。高血压、动脉硬化症患者食用亦有较好的辅助治疗作用。

香蕉在人体内能帮助大脑制造一种化学成分——血清素，这种物质能刺激神经系统，给人带来欢乐、平静及瞌睡的信号，甚至还有镇痛的效应。因此，香蕉又被称为“快乐食品”。美国医学专家研究发现，常吃香蕉可防止高血压，因为香蕉可提供较多的能降低血压的钾离子，有抵制钠离子升压及损坏血管的作用。他们还认为，人如缺乏钾元素，就会发生头晕、全身无力和心率失常。又因香蕉中含有多种营养物质，而含钠量低，且不含胆固醇，食后既能供给人体各种营养素，又不会使人发胖。因此，常食香蕉不仅有益于大脑，预防神经疲劳，还有润肺止咳、防止便秘的作用。

青岛膳学派炸香蕉食材明细：

香蕉适量 鸡蛋适量 面粉适量

炸香蕉的做法步骤

- 1、将香蕉去头，中间切成两段，每段切成4条
- 2、打蛋，均匀的沾上蛋液
- 3、将少量少量少量面粉用筷子均匀抹在香蕉上
- 4、下油锅，开炸!