

## 卤菜培训费用 卤之鲜熟食店 锡山区卤菜培训

产品名称	卤菜培训费用 卤之鲜熟食店 锡山区卤菜培训
公司名称	锡山区锡北镇卤之鲜熟食店
价格	面议
规格参数	
公司地址	锡山区锡北镇八士振新路17-21
联系电话	13771190452

## 产品详情

### 卤菜高盐不要过食

卤菜是用盐和香料加工的食物，其含盐量是比较高的，这就给爱吃卤菜的人们带来了潜在的健康隐患。

2013年1月31日，世界卫生组织发布的新指南建议，成人每天盐摄入量由原来的6g改为5g。根据2009年10月1日起实施的“酱卤肉制品国家质量标准”中规定，每100g（也就是二两）合格的卤肉中含盐的上限是4g。

这给爱吃卤菜的人们提了个醒，就算是合格的卤肉，吃上二两，就差不多快用完了一天的盐摄入的“份额”。因此一定要适量食用卤菜，食1盐摄入过多，容易引起高1血压等心血管系统疾病，危害健康。

尤其是一些不合格的卤菜，含盐量大大超标，长期食用，必然会摄入大量超过人体可承受的盐分。

蘑菇身上的不同部位，锡山区卤菜培训，营养含量也不同。对香菇等硬柄菌类来说，菌盖比菌柄营养丰富，最适合食用的是新鲜的、幼嫩的蘑菇盖。菌盖营养含量高，而且比较嫩滑、口感好，越往末端营养成分越少，另外根部也比较难烹制，所以比较理想的吃法是把根末端的部分剪掉。

在清洗时，由于蘑菇表面有黏液、泥沙粘在上面，不易清洗。可在水里放一点盐搅拌使其溶解，然后将蘑菇放在水里泡一会儿再洗（蘑菇就像海绵，百味卤菜培训，可以吸水，因此不要长时间浸泡），或者放在淘米水中洗，泥沙很容易就能被洗掉。注意，洗蘑菇之前一定要把菌柄底部带着较多沙土的硬蒂去掉，因为这个部位用盐水泡过也不易洗干净。

如果是干蘑菇，比较好用60~80摄氏度的热水浸泡一会儿。还可以用40摄氏度左右的糖水浸泡，这样泡开的蘑菇不仅保留了原有的香味，还能因为浸入了糖液而增加鲜美度。泡干蘑菇的时候可以不停地晃动水，使它发得更快。

开店一定要做好熟食店选址这一块。熟食店首先店门面应是农贸市场、居民小区里的店铺，这些地方的目标顾客会相对集中，生意好做。没有大型商超，也没有大型农贸市场，很多上班族又没有时间做饭，这样的熟食店生意不好才怪。

熟食店一定要做好装修这一块，营业间可大量采用玻璃板装修，既方便顾客看清食品，也能起到挡尘作用，做到透明消费。熟食加工制作间里，卤菜培训费用，洗、切、烧各道工序所需用具要配备齐全。毕竟现在熟食业的利润不是高，卤菜培训视频，要根据具体地点的行情来看，要用心考察市场。

熟食店一定要做好熟食的味道，只有味道好了，才能留住顾客。熟食一定要做有特色的，熟食一定要坚持改革创新，记得推陈出新，这样才能吸引顾客，同时要记得对顾客进行调查，根据当地消费者口味进行熟食改革创新，迎合消费者的口味，熟食店才能做的长远。

熟食店进货的渠道一定要正规。作为食品店，一定要在正规的市场进货，以防病、死等质量差的禽类进入店中，不能因为一时的小利而丢失熟食店的名誉，那样的话只会得不偿失。

卤菜培训费用-卤之鲜熟食店(在线咨询)-锡山区卤菜培训由锡山区锡北镇卤之鲜熟食店提供。锡山区锡北镇卤之鲜熟食店（[user.tz1288.com/Company/Information](http://user.tz1288.com/Company/Information)）在冷冻食品加工设备这一领域倾注了无限的热忱和热情，卤之鲜熟食店一直以客户为中心、为客户创造价值的理念、以品质、服务来赢得市场，衷心希望能与社会各界合作，共创成功，共创辉煌。相关业务欢迎垂询，联系人：肖经理。