

# 云南新鲜蔬菜供应 刘建平蔬菜配送 云南新鲜蔬菜

|      |                            |
|------|----------------------------|
| 产品名称 | 云南新鲜蔬菜供应 刘建平蔬菜配送<br>云南新鲜蔬菜 |
| 公司名称 | 官渡区刘建平蔬菜配送服务部              |
| 价格   | 面议                         |
| 规格参数 |                            |
| 公司地址 | 云南省昆明市虹桥王旗营蔬菜批发市场          |
| 联系电话 | 15887286959 15887286959    |

## 产品详情

天啊，云南新鲜蔬菜，太实用了。小黄瓜、白萝卜怎么挑？芋头放多久才不会坏？去菜市场要知道怎样的知识呢？怎样选菜才新鲜？有在做菜的妳一定要看！

小黄瓜：小黄瓜颗粒越多越新鲜！如果要像满脸痘痘男那样的小黄瓜，云南新鲜蔬菜批发价格，定是刚摘下来的，看到定要抢抢抢喔！

白萝卜：挑选表面光亮、没有裂痕、紧实饱满，保存白萝卜的方式是不要洗，放冰箱约可以保存约七~十天。

甜椒：小朋友讨厌的青椒要怎么挑选呢？要选择蒂头还没掉的、表面有光泽、没有伤痕的，椒类不可冷藏，只要放在阴凉的地方就可以了，另外因为椒类蒂头容易累积药，要吃的时候记得先将蒂头去除喔。

芋头：挑芋头，要先看一下表面有没有虫咬过的痕迹，要选有点重量感，没虫害的韦佳，新鲜的芋头要看切口，干粉状的比较松软，因为它有草酸钙，如果要放冰箱，不要放在太冷的地方，象是通风口、冷空气下沉的地方，在冰箱的芋头，多可以保存五个月，过了这个时间尽量不要食用比较好。

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，云南新鲜蔬菜配送，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

收到新鲜菜品后应将包装袋去除，一般来说，含糖分多、表皮较硬较厚实的蔬菜如萝卜、洋葱、地瓜、芋头、牛蒡等，不要放入冰箱中，寻找阴凉处存放比较好，根茎类蔬菜如马铃薯，如果放在冰箱中反而更容易发芽。

叶菜类有机蔬菜重要的就是要留住水分，同时又要避免叶片腐烂。

可以把厨房纸沾湿后将叶菜包裹住，以直立的姿势，茎部朝下放入冰箱保鲜室，可以减缓水分流失，锁住新鲜。

绝大部分叶菜喜凉，适宜存放在0 至5 的环境中，但不能低于0 。保存有机蔬菜适宜存放的湿度为85 %左右。

把菜的表面大致清理一下，但是千万不要用水洗，否则的话很容易烂。而如果菜表面水太多的话，稍微晾干一点，存放入冰箱时将蔬菜竖着放入，如果在根部包上厨房纸，蔬菜的生命力会更强。

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店面坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

### 牛油果酱蔬菜沙拉

材料：牛油果一只（尽量用熟透的牛油果这样果肉酥软容易挖出），圣女果八只，香菜两颗，黑胡椒1/4茶匙，盐适量（差不多1/4茶匙左右），橄榄油1大匙

步骤：1、圣女果切片 香菜切碎放在盘子里2、牛油果切开用叉子去除大核 慢慢刮出黄绿色的果肉 深绿色的外壳留着可以当做容器装沙拉3、将牛油果酱放在圣女果片和香菜碎上4、将柠檬挤汁和盐、橄榄油调和 倒入上述果酱上5、撒入黑胡椒粉拌匀 再将沙拉舀入牛油果壳里即可

官渡区刘建平蔬菜配送服务部主营蔬菜、鲜肉、水产、配送对象是企业、工厂、学校、地铁、工地、餐厅、酒店、商场、超市、医院、银行、机关等各大企事业单位食堂。本店面坐落在王旗营蔬菜批发市场，20年的老店面，价格跟随市场而动。欢迎来电咨询！

云南新鲜蔬菜供应-刘建平蔬菜配送(在线咨询)-云南新鲜蔬菜由官渡区刘建平蔬菜配送服务部提供。官渡区刘建平蔬菜配送服务部（[www.ynshucaipifa.com](http://www.ynshucaipifa.com)）是云南昆明,其它的翘楚，多年来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，满足客户需求。在刘建平蔬菜配送领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈，共创刘建平蔬菜配送更加美好的未来。