

龙口铁板鱿鱼培训机构

产品名称	龙口铁板鱿鱼培训机构
公司名称	城阳区薛书桥快餐店
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	阳区重庆北路93号（汽车北站往北200米）
联系电话	15863078762

产品详情

龙口铁板鱿鱼培训机构

先别划走请花十秒钟的时间联系我，保证绝不会让您失望！

铁板烧起源于日本,已经有40年的悠久历史,国内铁板烧风靡大江南北,红透全国各地,经历数年市场培育,在各地城市形成了一批又一批铁板烧的爱好者顾客群,无论在南方还是北方,无论是在豪华的酒店还是繁华的街头都可以火爆经营,深受欢迎老少皆宜!铁板烧讲究其食材新鲜,干净卫生,鲜味完全来自食材本身。没有一点腥味,丝毫不会破坏食物的原味。并且铁板导热快温度高,食材可以迅速地成熟,最大程度地保留食材的营养。

口感也是无法比拟地有汁有味。铁板烧配方,是采用中香料秘制配方加工出与众不同的香味,吃完一次还想吃,回头率达百分之九十八以上,收入十分可观.所用的原料都是先经过几十种调料,中药材浸泡,然后经铁板烤制而成.铁板烧可做的食品种类众多,如,鱿鱼、热狗(香肠),牛肉、海螺、鸡、动物肾脏、腰花、炒饭、鲈鱼等等再刷上各种不同的调味酱,鲜美润滑,油而不腻.本品可现场加工现做现卖,不仅受到青年男女和学生的喜爱,还倍受中老年人的青睐!是一道美味的小吃!深受广大人民的喜爱。

1、鱿鱼富含钙、磷、铁元素，利于骨骼发育和造血，能有效治疗贫血；

2、鱿鱼除富含蛋白质和人体所需的氨基酸外，还含有大量的牛黄酸，可抑制血液中的胆固醇含量，缓解疲劳，恢复视力，改善肝脏功能；3、鱿鱼所含多肽和硒有抗病毒、抗射线作用。

做法

食材：鱿鱼400g，蚝油适量，食盐适量，孜然适量，辣椒粉适量，鸡精适量，洋葱适量，黑胡椒粉适量

, 油适量 [2]

- 1、鱿鱼须洗净，加盐和烧烤调料腌制半天。
- 2、煎锅平底锅放少许油，加入腌制好的鱿鱼须，中火煎至金黄。
- 3、加入孜然粉，辣椒粉，翻煎，盛出。
- 4、放入洋葱，继续煎至金黄，撒上黑胡椒。
- 5、铁板（网上有卖）取出，刷上油，加热铁板，把煎好的洋葱铺上。
- 6、洋葱上面倒上剪好的鱿鱼，完成。

鱿鱼营养价值很高，含有丰富蛋白质，并含有大量的碳水化合物和钙、磷、碘等无机盐，但是脂肪含量极低，只有1%不到，因此热量亦低，对怕胖的人来说，吃鱿鱼是一种好的选择。鱿鱼还能补充脑力、预防老年痴呆症等，因此老少皆宜。

铁板鱿鱼讲究食材新鲜，干净卫生，鲜味完全来自食材本身，没有一点腥气，丝毫不会破坏食物的原味。并且铁板导热快温度高，食材可以迅速地成熟，最大程度地保留食材的营养，口感也是无法比拟地多汁多味。铁板鱿鱼的酱汁也是一大亮点，每家店都有自己独特的配方，包含十几种调料，辣椒的品种也各不相同。特别是在大街上，好多年轻人都爱买铁板鱿鱼吃，口味独特，口感鲜嫩，10元5串很受欢迎。