

黄色苦菊经销商 高榕苦菊批发 黄色苦菊

产品名称	黄色苦菊经销商 高榕苦菊批发 黄色苦菊
公司名称	云南高榕农业发展有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	昆明市晋城景运蔬菜6号
联系电话	15825276878

产品详情

二、苦菊米酱拌鲜蘑 将新鲜的蘑菇切成丝，然后用热水焯一下备用，然后将苦菊清洗干净，放入盐、醋、鸡精等调味品，黄色苦菊种植基地，搅拌均匀备用，将切成片的鲜蘑，放置在苦菊上，然后加入葱姜蒜、米酱，搅拌均匀即可食用，口感鲜香美味。三、苦菊银耳沙拉 这也是一种非常不错的选择，将银耳泡发，然后清洗干净，然后将苦菊去根，清洗干净备用，煮一锅清水，将银耳焯水，然后放凉，并加入白糖、白醋、盐搅拌均匀，然后和苦菊混合到一起，这道菜酸甜可口，并且能够健胃消食。

现在人们特别重视饮食安全，黄色苦菊培育，尤其对蔬菜中的药残留问题深恶痛绝，苦菊就没这种担心，它本身自带苦味，在种植期间，根本不需要打药，几乎没什么病虫害，吃起来会特别的放心，健康是一定有保证的，它不仅营养价值高，而且富含各种维生素，对预防各种病菌引起的病特别有效，同时增强了人体的抵抗力。另外，苦菊清热败火的作用，相当的明显，这个和苦瓜极其的类似，但凡带“苦味”的食材基本上都有这些功效，现在亚健康的人逐年增多，平时适当补充些它，至少可以达到少生病的效果。

糖醋苦菊用料

苦菊；醋；白砂糖；蒜瓣；花生油；花椒；盐；淀粉；生抽；白芝麻

做法

苦菊洗净切好，蒜拍碎切末，黄色苦菊经销商，置其上。（爱吃辣椒的可加小红椒。）醋，糖，黄色苦菊，生抽，淀粉拌匀成酱汁，比例自己掌握，淀粉要少锅里热油，加花椒小火爆香，捞出。倒入酱汁熬至粘稠趁热浇在苦菊蒜上，撒盐，芝麻，拌匀即可

云南高榕农业发展有限公司是一家集蔬菜种植、收购、生产、加工、销售、农业技术服务，国际贸易为一体的，综合性发展公司。

黄色苦菊经销商-高榕苦菊批发-黄色苦菊由云南高榕农业发展有限公司提供。“百香果包罗豆苗”就选云南高榕农业发展有限公司（www.yngrny.com），公司位于：昆明市晋城景运蔬菜6号，多年来，高榕农业坚持为客户提供好的服务，联系人：付文高。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。高榕农业期待成为您的长期合作伙伴！