

# 潘老壮 鸭脖加盟方式 兰溪鸭脖

产品名称	潘老壮 鸭脖加盟方式 兰溪鸭脖
公司名称	金华市婺城区潘老壮鸭舌店
价格	面议
规格参数	
公司地址	浙江省金华市婺城区亚峰路147号
联系电话	15067096077

## 产品详情

消魂鸭舌：

原创思路：

鸭舌备受冷菜师傅喜爱，将其烤制后用自制卤汁卤制入味，正如其名，令人“消魂”。

原料：

大鸭舌200克。

调料：

A料（盐、香菜、土芹各5克，小圆葱头、二锅头、香葱、生姜片各10克），川式卤汁1千克。

川式卤汁配方制作：

1、熬汤：大骨头1千克，老母鸡1只，猪肉皮、金华火腿各500克，大葱、生姜各50克，色拉油100克入锅慢炒10分钟，加25千克水熬至汤发白（约6小时），控出杂物后留汤。

2、炒料：净锅入色拉油300克，放入辣椒王1千克，花椒120克，八角、鲜沙姜各20克，桂皮、白豆蔻、丁香、荜拔、党参、各10克，香茅草各15克，罗汉果2个，红桅子、良姜各30克，小火慢炒1小时至出香，加入郫县豆瓣酱1500克、菜子油1千克熬制20分钟，倒入熬好的汤汁，小火熬制。

3、调味：锅内加入鸡粉、鲜辣汁、生抽、红烧酱油、鲜露各50克，辣鲜露、庐陵王黄酒、盐各300克，冰糖150克，二锅头白酒100克，美极鲜味汁200克，十三香2盒，味精30克，五花肉500克继续熬制1小时。

4、辅料：加入一改为二的小米辣1500克，香菜、香葱、小圆葱头各50克，姜片、芝麻油各100克煮30分钟即可。

制作方法：

(1) 将特大鸭舌用A料腌制12小时。

(2) 将腌制好的鸭舌整齐摆放在铁盒盘上，小火烤制30分钟至表面微干定形，放入自制川式卤汁里煮1分钟关火，浸泡30分钟捞起，冷却。

(3) 上菜时用制川式卤水5克将鸭舌拌匀，用香茅草捆绑好装盘即可。

鸭舌可以减肥吗？鸭舌的热量？

鸭舌的热量以及减肥功效

别名：鸭条

热量：245大卡（100克可食部分）

分类：肉类及制品

评价：鸭舌脂肪含量较高，营养含量一般，减肥期间不宜多吃。

营养信息

营养素含量（每100克）

热量（大卡）245.00

碳水化合物（克）0.40

脂肪（克）19.70

蛋白质（克）16.60

纤维素（克）—

维生素A（微克）35.00

板栗鸭舌

原料：鸭舌150克，板栗100克，西兰花100克。

调料：盐5克，豆瓣50克，鸡精5克，川式鲍汁5克，姜20克，葱20克，水淀粉20克，色拉油1000克，鸡汤50克，白卤水300克，香料包1包，家常汁50克。

制法：先将鸭舌洗净，放入白卤水大火烧开转小火烧10分钟卤好待用，再将板栗去壳入七成热的色拉油炸1分钟，去表皮待用、将卤好的鸭舌整齐地摆放在碗中，将板栗放在上面。另取锅，放50克色拉油，七成热时下豆瓣、姜、葱炒香，下鸡汤、家常汁烧沸去渣，放鸡精、盐调和。然后将一半的汤汁淋在装有鸭舌的碗中，入蒸笼大火蒸15分钟。将盛有另一半汤汁的炒锅加500克水烧沸，放西兰花小火余1分钟，摆在圆盘的四周，后将蒸好的鸭舌取出，滗出汤汁，翻扣在西兰花的中间，将川式鲍汁放入滗出的汤汁中，加水淀粉勾芡，淋在鸭舌上即可。