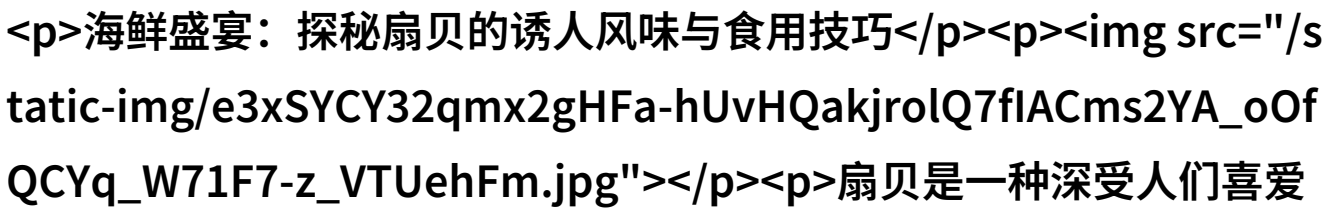


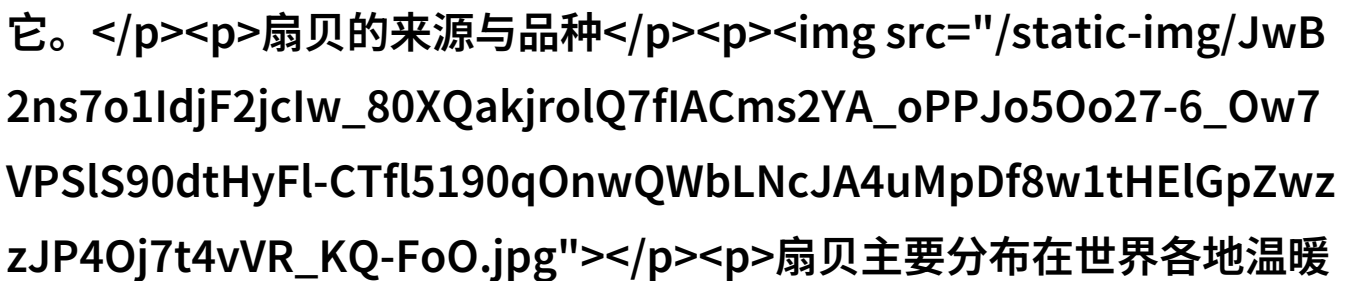
海鲜盛宴探秘扇贝的诱人风味与食用技巧

海鲜盛宴：探秘扇贝的诱人风味与食用技巧



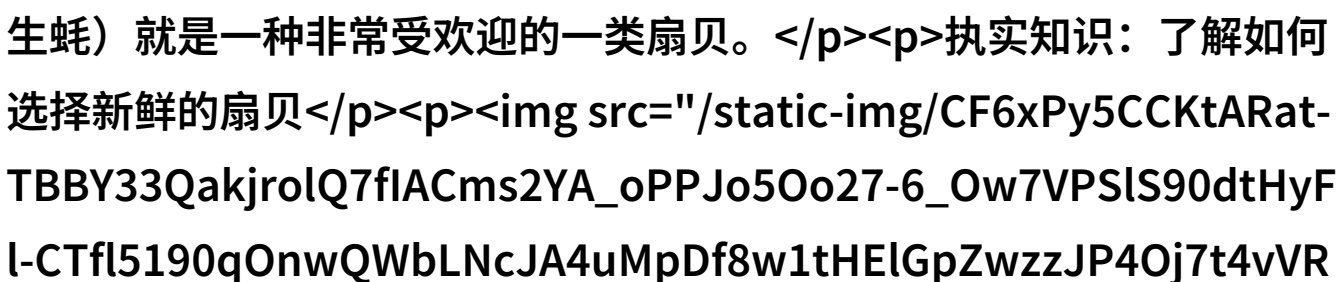
扇贝是一种深受人们喜爱的海产品，其肉质鲜嫩多汁，口感独特，成为了许多人餐桌上的美食之一。今天，我们就来一起探讨一下扇贝的诱人风味以及如何正确地食用它。

扇贝的来源与品种



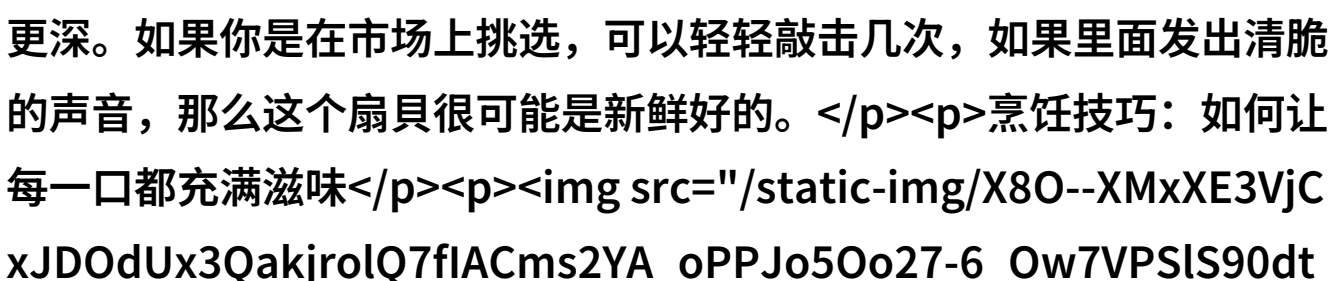
扇贝主要分布在世界各地温暖和亚热带海域，如中国东南沿海、日本、菲律宾等地。不同地区的扇贝根据其形态、肉质和口感有着不同的品种，比如日本著名的秋刀鱼（即生蚝）就是一种非常受欢迎的一类扇贝。

执实知识：了解如何选择新鲜的扇贝



在购买前，我们应该对新鲜度有一定的要求。通常来说，新的壳呈现出浅黄色或粉色，而老壳则是更加发亮且颜色更深。如果你是在市场上挑选，可以轻轻敲击几次，如果里面发出清脆的声音，那么这个扇贝很可能是新鲜好的。

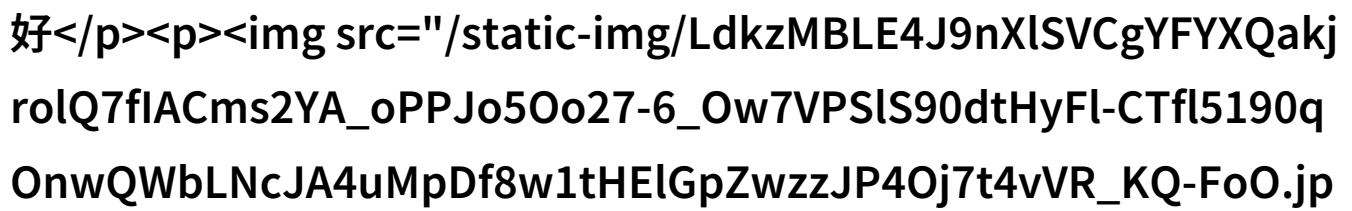
烹饪技巧：如何让每一口都充满滋味



虽然买回家后直接煮熟也是一个简单有效的手段，但如果想要提取更多出的美味，你可以尝试一些烹饪方法。在视频中，有一条流行的小技巧：“腿张大点就能吃扇贝视频”，这不仅能够帮助我们更好地享受到吃到最后一点汤汁，还能让咬下去时感觉到更加丰富多彩。

食用方式：从开壳到入口，每一步都要细心做

好



首先，要把整个壳放在盘子里，然后用刀沿着两边剥开，这样可以避免损坏内部柔软而又脆弱的地肌。但切记不要过于猛烈，以免造成损伤。此外，在煮熟之前，一定要确保所有内侧均被水分覆盖，

因为这样才能保证肉质保持湿润，不会变干或过于硬化。

配菜搭配：找到最适合你的搭档，让美味加倍

除了单独作为主菜进行烹调，杓貝也可以和其他蔬菜、面包或者米饭相结合制作出各种各样的佳肴。例如，与西红柿一起炒制，便可形成一道既营养又美味的小菜。

而将其放入寿司或者捞饭中，则能体验到全新的风味层次，使得原本单纯的地道风情变得更加丰富多彩。

保持健康习惯：饮食当乐，同时关注营养平衡

尽管如此，对于高脂肪、高胆固醇酸食品（比如某些类型的活海产品），我们仍需注意摄入量，并尽量通过其他低脂肪来源补足日常所需。这不仅有助于身体健康，也使得我们的饮食之旅更加完整而有意义。

</pdf/636147-海鲜盛宴探秘扇贝的诱人风味与食用技巧.pdf>

>下载本文pdf文件