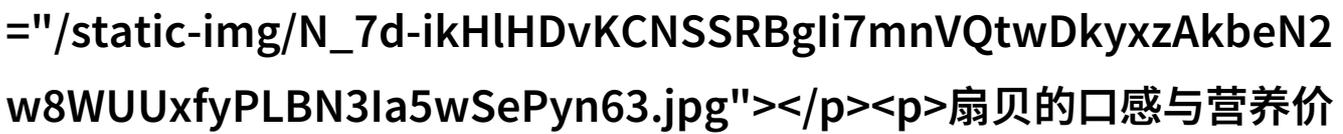
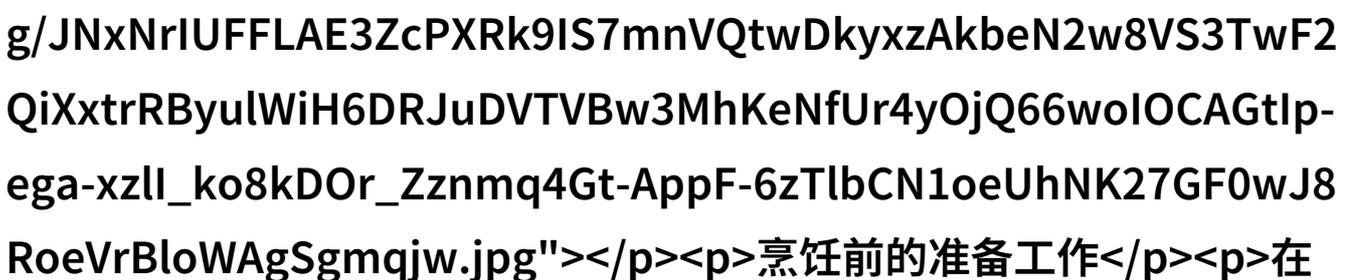


海鲜盛宴揭秘扇贝的诱人美味与挑剔烹饪

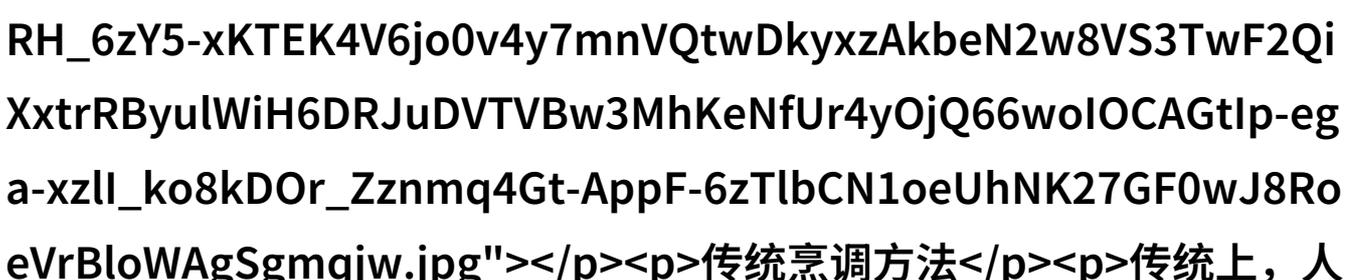
海鲜盛宴：揭秘扇贝的诱人美味与挑剔烹饪技巧

扇贝的口感与营养价值

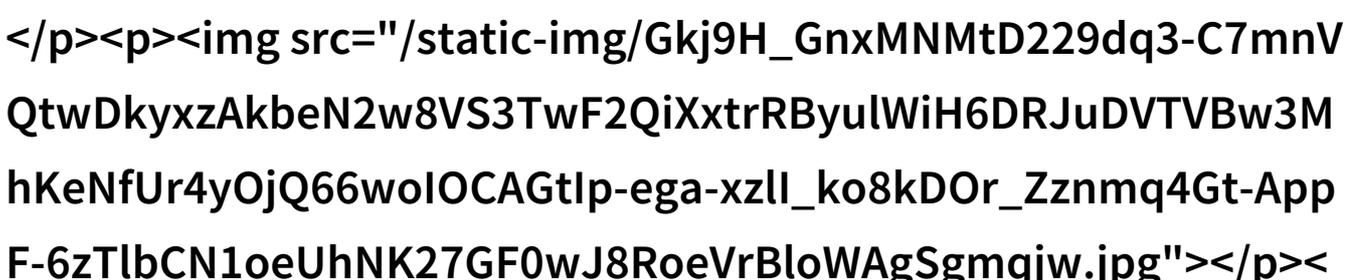
扇贝是一种非常受欢迎的海鲜，它们不仅外形独特，内在之美更是令人垂涎。扇贝肉质细腻、多汁，含有丰富的蛋白质和微量元素，是健康饮食中的理想选择。此外，扇贝还含有较高的维生素B群，对于保持身体健康和美容具有重要作用。

烹饪前的准备工作

在观看“腿再开一点就可以吃到扇贝了视频”之后，我们了解到了如何正确地处理新鲜扇贝。首先，要确保购买到的扇贝是活体状态，这样才能保证其肉质更加嫩滑。在家中存放时，最好将其放在冰箱冷冻室，以防止污染，并且保存时间要尽可能短。

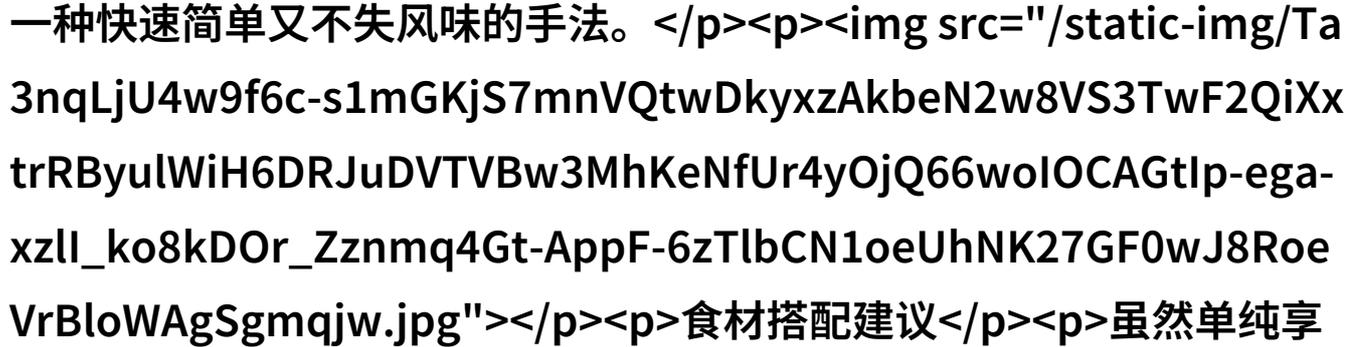
传统烹调方法

传统上，人们通常会用蒸法来烹调扇贝。这一方式能够充分保留海鲜原有的风味，同时也能让人感受到它那独有的清甜口感。当我们把已经洗净并沥干水分的扇贝放入锅中，用高温蒸煮几分钟后，即可享受到这道经典菜肴。

现代创意料理

除了传统方法之外，现在很多厨师开始尝试将

扇貝融入各种现代创意料理中。例如，将切片或碎成小块的新鲜或冷冻过后的扇貝加入沙拉、面条或者即食包中，可以增加菜品的一定香气和营养价值。此外，还有人喜欢用撒上一些盐和胡椒粉后直接炒制，也是一种快速简单又不失风味的手法。



食材搭配建议

虽然单纯享用蒸熟后的热腾腾大碗杏仁烧卖式煮饭也是极好的，但如果想要提升食物层次，可以考虑搭配一些适合与之匹配的地道中国蔬菜，如芋头、莴苣等，或是使用不同文化背景下的特色面点，比如日式米饭团子（おにぎり）或韩国泡菜饭（kimchi bokkeumbap）。

厨艺技巧分享

对于那些对厨艺有一定追求的人来说，不妨学习一下专业厨师们的心得体会。在制作过程中注意不要过度搅拌，以免导致肉质变硬；同时，在加热过程需要控制好火候，一般情况下应避免直接使用大火，因为这样可能会使得海产品变得过于干燥，从而影响整体口感。如果你是一个初学者，可以从简单开始，然后根据自己的喜好逐步探索更多可能性。

[下载本文pdf文件](/pdf/577606-海鲜盛宴揭秘扇贝的诱人美味与挑剔烹饪技巧.pdf)