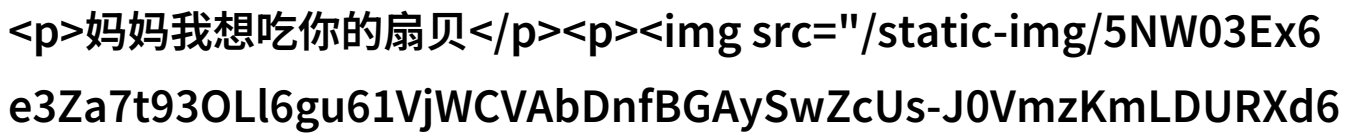


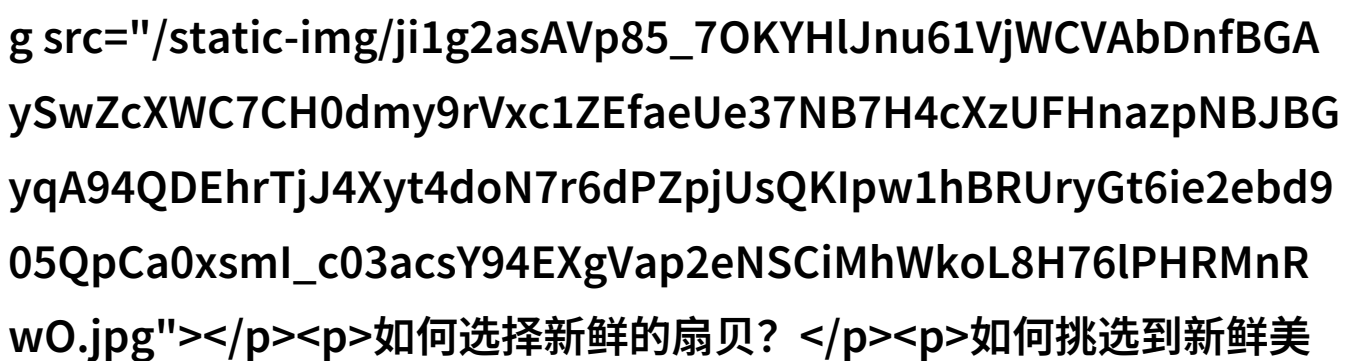
妈妈我想吃你的扇贝家常海鲜美食

妈妈我想吃你的扇贝



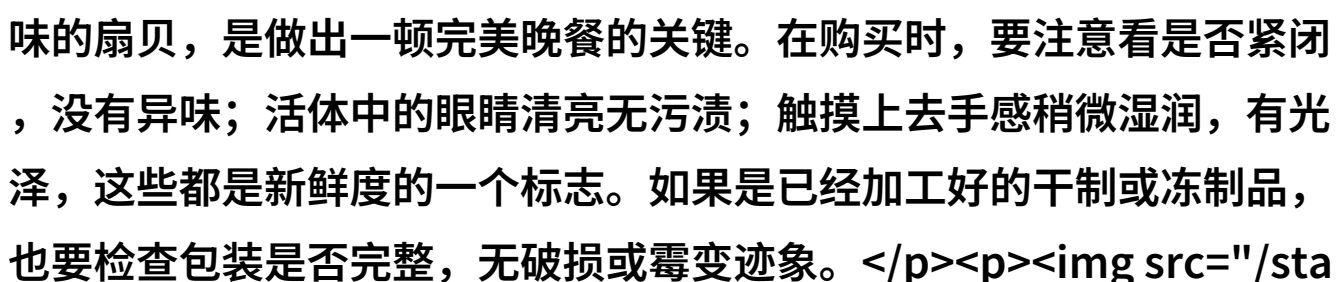
为什么要选择扇贝？

在众多海鲜中，扇贝以其独特的口感和营养价值而受到人们喜爱。它不仅富含蛋白质、钙质和铁质，还有助于改善消化系统，对身体健康大有裨益。而且，扇贝肉质细腻，不油腻，是一种非常适合日常饮食的佳肴。



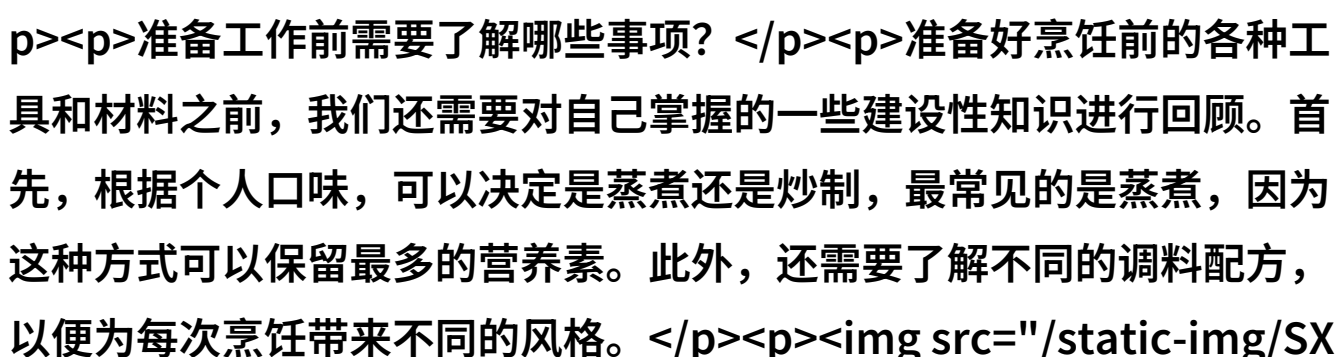
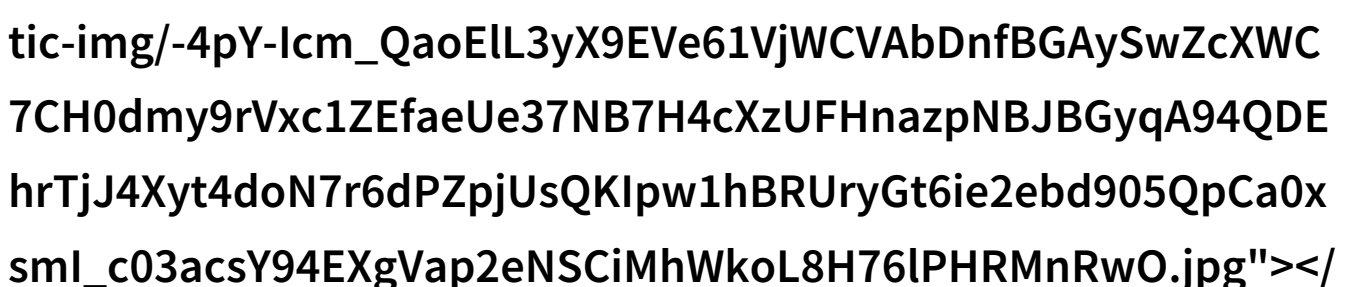
如何选择新鲜的扇贝？

如何挑选到新鲜美味的扇贝，是做出一顿完美晚餐的关键。在购买时，要注意看是否紧闭，没有异味；活体中的眼睛清亮无污渍；触摸上去手感稍微湿润，有光泽，这些都是新鲜度的一个标志。如果是已经加工好的干制或冻制品，也要检查包装是否完整，无破损或霉变迹象。



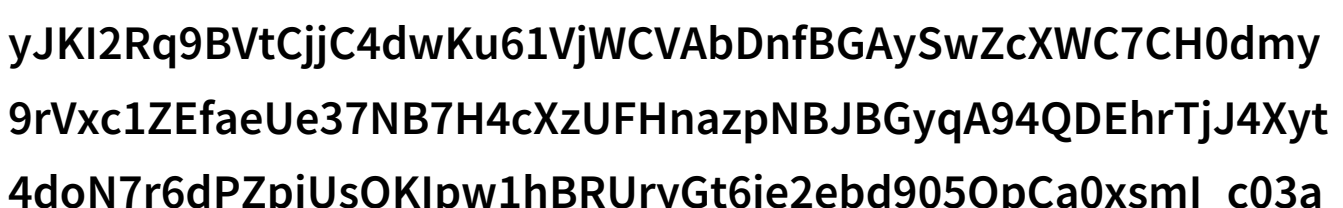
准备工作前需要了解哪些事项？

准备好烹饪前的各种工具和材料之前，我们还需要对自己掌握的一些建设性知识进行回顾。首先，根据个人口味，可以决定是蒸煮还是炒制，最常见的是蒸煮，因为这种方式可以保留最多的营养素。此外，还需要了解不同的调料配方，以便为每次烹饪带来不同的风格。



准备工作前需要了解哪些事项？

准备好烹饪前的各种工具和材料之前，我们还需要对自己掌握的一些建设性知识进行回顾。首先，根据个人口味，可以决定是蒸煮还是炒制，最常见的是蒸煮，因为这种方式可以保留最多的营养素。此外，还需要了解不同的调料配方，以便为每次烹饪带来不同的风格。



csY94EXgVap2eNSCiMhWkoL8H76lPHRMnRwO.jpg"></p><p>家庭秘制盐焗扇贝怎么做？</p><p>家里的那位厨师傅从小就喜欢尝试各种不同风格的手工制作，而她家的盐焗扇贝一直都是一道经典菜色。她会将洗净后的活体扇贝放入一个大锅里，加上足够量的大碱水（碱水是用高汤加少许食用碱混合而成），然后轻轻翻动几下，让所有的海螺均匀地浸泡在碱水中待20分钟左右，使得它们开启后更易于取出并去壳。最后，将开启后的海螺放在网篮内，用温火慢慢焗至熟透，然后撒上一些葱花和香油即可享用。</p><p></p><p>亲子共享记忆时该如何表达心意？</p><p>在这个快节奏、高压力的现代社会里，分享一顿简单但充满关怀与爱意的心灵慰藉，对我们来说尤其重要。这时候，如果你想要向你的孩子表达这份深深的情感，你完全可以说：“妈妈，我想吃你的扇贝。”这样的简单句子，就像是一道传递爱意的小船，在彼此之间航行，一路平安到达彼此的心房。</p><p>最后，我们一起回望这一餐所蕴含的情感价值</p><p>当我们围坐在饭桌旁，每人手持一筷子的料理，那份温馨与满足之情便如同滋润了我们的心田。这样的家庭聚餐，不仅让我们恢复了精力，更重要的是，它让我们感到被珍视，被理解，被爱。在这个过程中，每一次共同完成的一餐，都能成为我们共同回忆中的宝贵瞬间。而对于“妈妈我想吃你的扇贝”，它不再是一个单纯的话语，而是一个承载着家庭情谊与共鸣的声音。</p><p>下载本文pdf文件</p>