

专家澄清“淡水三文鱼”三大误解

近期网上关于国产三文鱼的话题引起广泛关注,一些内容因缺乏科学依据造成负面影响。5月25日,中国水产品流通与加工协会会长崔和对相关误区进行了澄清和释疑。

“淡水三文鱼”生吃有害?

崔和说,三文鱼有没有携带对人类有致病性的寄生虫,不是决定于在海水还是在淡水生长,而是看其生长过程是否安全可控。

相关研究表明,野生鱼类主要捕食小型鱼类和甲壳类,使鱼类间有了寄生虫的传播途径。开放性的生存环境和不可控的捕食对象,导致野生三文鱼感染疾病或寄生虫的概率比养殖品种高很多。从目前我国三文鱼(包括大西洋鲑和虹鳟)的养殖现状看,养殖环境主要为流动的冷水,寄生虫存在概率极低。

淡水中不能养殖三文鱼?

据崔和介绍,绝大多数鲑科鱼类为洄游性鱼类,无论野

生还是人工养殖,其产卵、孵化和幼鱼阶段均在淡水中完成,生长期洄游或人工放回到海水中,性成熟后再回到淡水中产卵。

同时,部分种类也可以在淡水中完成其整个生活史,比如虹鳟、高白鲑等。不过,虹鳟经过驯化后也可以在海水里养殖,鲑属的褐鳟则有淡水型和海水型。

虹鳟是不是三文鱼?

崔和说,国内市场通常所说的三文鱼是鲑鳟鱼类的商品名称统称,并非一种鱼的科学名称。

据他介绍,挪威、智利等国也养殖大西洋鲑和虹鳟等,不少当地人更偏爱虹鳟,而且虹鳟的价格高于大西洋鲑。而在挪威、智利的水产养殖大规模产品中,虹鳟产量也仅次于大西洋鲑产量。

崔和表示,三文鱼是现代水产养殖的代表产业之一。我国淡水三文鱼比进口三文鱼物美价廉、安全卫生,消费者不用过度担心食用安全问题。

据新华社



■ 食谱推荐

柠香蜜汁三文鱼

材料:三文鱼,柠檬汁,蜂蜜,盐适量,料酒少许,水淀粉适量,葱姜丝适量。

做法:
1.三文鱼切厚片放碗中,加葱姜丝、盐、少许料酒。
2.再挤入适量鲜柠檬汁,加点水淀粉拌匀。腌10分钟入味。
3.平底锅倒油烧至温热,放入腌好的三文鱼,用中火,煎至表面变色即可。
6.煎好,摆盘,淋上蜂蜜就能吃啦。

生活窍门

煎鱼如何才能不粘锅

美味的煎鱼不少人都爱吃,不过要煎得完美可不简单。今天就教你几招,如何把鱼煎得漂亮又不粘锅。

1.锅烧热倒油,等油热的时候加入少量白糖,等到糖的颜色呈微黄色时,接着把鱼放进锅中煎制。
2.先把鱼身抹少量的油,油热好后下锅后改小火,不管什么样的鱼都能煎好。
3.等油在锅中约五分热的时候放入适量盐,等盐稍稍热过之后再放入鱼盐,鱼皮就不会黏在锅里了。
4.煎鱼之前先将锅洗干净,擦干后热锅里放入油,转动油锅,使锅内四周皆有油。等待油烧热,将鱼放入锅中,鱼皮煎至金黄色时再

翻动,这样鱼就不会轻易黏在锅上了。

5.把鱼或鱼块洗净后,沾上一层薄薄的面粉,等待锅里油热之后,再把鱼放进去,煎至金黄色再翻至另一面。
6.在鱼身涂上食用醋。
7.将鸡蛋打入碗中均匀搅拌,再将洗净的鱼或鱼块放入碗中,裹上一层蛋汁,然后再放入热油锅中煎,煎出的鱼也不会沾锅。
8.先用鲜姜或姜汁在锅底涂上一层,然后放油,等油热之后放鱼煎。
9.把鱼身裹蛋汁或面粉,中火下锅即可煎出金黄酥脆的鱼。
10.将鱼或鱼块用盐或酱料腌渍一下,再下油锅煎。

晚综

■ 食谱推荐

香煎黄花鱼

材料:黄花鱼300克,姜适量,蒜适量,葱花适量,盐适量。

做法:
1.黄花鱼清洗干净,姜蒜切好备用。
2.在清洗干净的鱼身上均匀地撒上一层盐。
3.锅内倒油,把黄花鱼倒入锅内平铺开。
4.用中大火煎到一面有点发黄后翻面。
5.用同样的方法慢慢煎、慢慢翻面直到鱼熟,然后撒上姜丝蒜末。
6.待姜丝散发出香味后



香煎黄花鱼

倒入几滴生抽,改小火迅速翻面。
7.撒上葱花翻面即可。



清爽凉菜 拯救你的夏日胃口

天气越来越热,俨然已经开启夏日模式,炎热的天气总会让人觉得没有胃口……那就吃点清淡的凉菜吧,可开胃可去火,简直就是这个季节餐桌上的宠儿!

1 凉拌莲藕



材料:莲藕400克,白糖5克,姜20克,盐适量,青椒10克,红椒10克,生抽8克,白醋15克,香油5克。

做法:
1.莲藕削皮洗净后切薄片。
2.把切好的藕片倒入开水锅中烫熟。
3.捞出过凉水浸泡(倒一点白醋,藕就不会变黑了)。
4.将青红椒、姜切成碎末。
5.藕片捞出沥干水分,撒入青红椒姜末。
6.放入盐、白糖、生抽、香油、白醋,搅拌均匀入味即可。

2 麻辣凉拌鲜笋



材料:鲜笋200克,小米椒2个,蒜1个,陈醋、香油少许,盐适量,油泼辣子、生抽少许。

做法:
1.鲜笋洗净后对半切开。
2.洗净的鲜笋放入冷水锅里加一勺白糖焯熟,约2分钟。
3.蒜头切末,小米辣切碎,分别加入适量盐、生抽、麻油和陈醋,拌匀。
4.焯熟的鲜笋捞出后放入凉开水里浸泡一下。
5.控干水分后与调料拌匀即可。

3 泰式凉拌酸辣虾



材料:海虾7只,柠檬半个,蒜瓣2瓣,小辣椒3个,香菜1棵,鱼露适量,白糖少许。

做法:
1.香菜洗净切小段。
2.小辣椒切成圈。
3.柠檬切下两片,改刀成扇形。
4.蒜瓣拍扁,去皮切碎。
5.将辣椒、蒜末放入碗中,加入适量鱼露和白糖搅拌均匀。
6.海虾入锅中煮熟捞起放凉,去壳后切成小块。
7.将虾仁丁放入酱料碗中,加入柠檬片、香菜、挤上少许柠檬汁搅拌均匀即可。晚综



品品香

PINPIN TEA

晒白金

AGED WHITE TEA GOLD

老白茶 煮着喝

地址:黄河路与崂山路交叉口往北100米路西
电话:0395-3386888

畅途网助力传统汽车站信息化服务

畅途网作为国内专业的汽车票网络销售平台,一直注重于为车站、为旅客带去便捷服务。乘客可通过登录官方网站下载“畅途汽车票”手机APP、关注微信公众号“畅途汽车票”,即可享受网上购票服务,旅客在购票完成后凭短信中的取票信息或者身份证去站内的取票机上取出即可。并且,畅途网会不定期开展优惠活动。



畅途网
changtu.com