

掌握了这些香料的作用与性能,想不成为烹饪界大师都非常难

香料一般是指能够嗅出或品出香味的天然植物所制成的物质,我们所说的香料大体是指用植物根、茎、叶、果实等制作成的干料材。“它”能给食物带来特有的风味、色泽和刺激性味感,所以香料在我们食品和烹饪界就统称为香料。

香料具有强烈的香气或有刺激性的味道,有些可用于给食品上色,有些可用于提高食欲利于消化,还有些可用于降火等药用价值,反正总体来说都有呈香、增香、和抑臭的作用。今天我就给大家分享下常见的香料的作用以及各种香料的特性及用法。

第一种:八角

八角是我们常见的香料,它具有强烈的香味,味略甜能够去腥、增香、促进食欲等作用,是配制五香粉之一香料。

第二种:毕拔

毕拔具有一定香味,味辛辣具有提鲜、增香、去腥除臭之功效,有止疼止腹泻作用。

第三种:香叶

香叶味香,具有呈香、增香可做为日常保健品和促进消化等作用。

第四种:甘松

甘松香味浓郁、味甘苦中带细甜,有开胃、消食、止呕吐等作用。但用量不宜过多,不然会有香味腻人的感觉。

第五种:小茴香

小茴香味香,有去腥、祛湿、除臭增香的作用,更有开胃,增强消化等作用。

第六种:三奈

三奈别名沙姜能去腥膻味、提鲜增香并能开胃消食止腹泻

第七种:孜然

孜然具有强烈的香味,尝之也香味浓烈,具有除腥解腻、增强食欲、防腐杀菌有很好的作用。是烧烤、烤肉、干锅等的必备香料。也用于火锅,但是不能多用,多用了孜然香味太浓烈,就有先兵夺主的感觉。

第八种:丁香

丁香香味浓,尝之有刺舌、麻舌的感觉能防腐杀菌,除臭延长保质期,还能促进消化等作用,但不能用得过多,一斤食材最多不要超过2克,用多后会产生强烈的苦味。可用于火锅底料、卤菜等,绝对是天然的防腐剂,还能增香提鲜除臭。

第九种:草果

草果略香,破开后有点臭香的感觉,尝之辛辣中略带苦味,味道奇怪、能去腥、去膻去油腻、提香增进食欲止呕吐等作用,烹饪牛羊肉特别适合,所以常用于火锅、卤菜等。一般以个头大的为优品,然后拍碎使用,1kg食材3克草果即可。

第十种:砂仁

砂仁尝之涩口,闻起来略带薄荷青草芳

香味。有健胃消食、止吐止泻、辅助提香之功效。常用于火锅卤菜等。

第十一种:红花椒

花椒带香味,尝之辛麻。能消毒杀菌增香提鲜,但主要作用是提麻味,用途非标广,用量以需要的麻度而定,在大量使用之前可用水炮一下,除去花椒的苦味。

第十二种:白芷

略带香味,微甜中带苦。有防腐增强食欲,提香提鲜之作用,常用于卤菜或火锅清汤锅底。红汤底料一般是不用的,药香味太重,所以清汤也要少用。

第十三种:陈皮

陈皮味偏苦,略带香味。可增香解腻、消胀化痰非常适合油腻的食材,也是很多调料粉的原材料,和其它香料筹一起即能组成复合型香味,又能抵消其它香料所带苦味。

第十四种:甘草

甘草气味不大,可以赋予食材的甜味,还可以去腥膻味,具有防腐和清热解暑、降火等功能,甘草虽好确不能过量,具专家解说对男人身体不好,但停用后几天就会自然恢复,1kg食材3克甘草即可。

第十五种:良姜

良姜具有芳香气,尝之辛略带苦。可增香解腻、止腹泻等功效。常用于牛羊肉这种腥膻味比较重的食材中,也是调配五香粉和



十三香粉的原材料,1kg食材3克高良姜即可。

第十六种:草豆蔻

有浓烈的香味,尝之苦涩。具有开胃消腹胀功效,还能给食材去腥增香,适各种烧制方法,1kg食材2克草豆蔻即可。

第十七种:白扣

白扣具有浓烈的芳香味,尝之涩口,具有开胃消食,抑菌杀毒,呈香提香等作用,常用于火锅、卤菜等,用法用量1kg食材可用5g左右。

第十八种:红曲米

红曲米味淡,以籼稻、粳稻、糯米等稻米为原料,用红曲霉菌发酵而成。主要用于食物上色。一般卤菜多用。根据自己需要的颜色添加用量。

杏鲍菇变“鲍鱼”?划几刀大火收汁就出锅,鲜香有嚼劲

虽然说会出现暖冬,但是不能否认的就是,冬天毕竟是冬天,跟夏天那种温度是不能比较的。每每到到了冬天,无论是天气怎么样,人的活动都会变少,运动少了自然消耗的能量就少了,为了我们身体的健康,我们应该多吃点素食,这样才能够保证我们身体健康以及有足够的营养摄入。

大家都知道,到了冬季,蔬菜的种类大幅减少,有一类素菜是不受天气影响的,而且口感也非常好,那就是菌菇类。菌菇可以说是山珍的一种,但是你们知道“素鲍鱼”吗?想要让山珍变成“海味”,只需要几步,最常见的要数杏鲍菇变“鲍鱼”了,学会这道菜,就算是素食也能让你忘不了。

【蚝油杏鲍菇】

【食材选料】

杏鲍菇几根,独子蒜,小葱,老抽,生抽,蚝油,盐,淀粉,食用油

【菜式做法】

第一步,处理食材,将杏鲍菇的菌盖去掉,切成厚圆片,在其中一面用刀画上几道,类似于画网一样,“小鲍鱼”就成型了。

第二步,将小葱切成葱花,独子蒜去掉表皮,切成片状,放在一边待用。

第三步,用一口平底锅,先大火烧热,放入食用油,然后将蒜片放进去炒,接着将

葱花也放进去翻炒片刻。

第四步,将切好的“小鲍鱼”放进锅里,关小火煸炒,直到杏鲍菇变软,而且菇片变成微微的黄色。

第五步,在锅中加入少量的水,加入适量的盐、酱油、生抽、老抽、蚝油,开大火煮沸以后,再转小火慢慢炖煮。

第六步,将一定量的淀粉加入到少量的水当中,搅拌均匀,然后再倒入锅中,倒的速度要稍慢,而且要不时的搅拌,搅拌均匀以后,将火调大,然后将汁水收干。

第七步,将煮好的杏鲍菇盛出摆盘就可以了,这么简单直接的做法,你有学到吗?

【小贴士】

1.在最后加入淀粉的时候,火一定不能大,而且要缓慢加入,太过着急很有可能会出现成团的粘稠物,影响美观。

2.菌菇类必须要完全煮熟才能食用,而且要留意食物的相生相克,不要吃了相克的东西,造成身体上的不适。

3.酱汁可以根据个人的口味去调整,喜欢吃偏甜味道的伙伴,可以适当加入少量的糖,又或者喜欢吃清淡一点的,可以少加盐,一切按自己口味为主。



特色推荐

- 盐水鸭
- 烧鸭
- 蜜汁糖藕
- 南京馄饨
- 红烧狮子头
- 糖醋排骨
- 松鼠鱼
- 蒜椒活鱼
- 萝卜牛腩
- 家乡小炒肉
- 砂锅排骨
- 三鲜锅巴



南京烧鸭

店长首推!

招聘企台 小费丰厚

南京饭店
NANJING BISTRO

大华府首家淮扬特色餐厅

电话:703-385-8686 703-352-8686 地址:11213-C Lee HWY, Fairfax VA22032

COUPON
10%off
仅限堂吃
截止4/30/2022

6-100 鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理
欢迎光临

莲花园

Lotus Garden

电话:703-255-9888
传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West, Vienna, VA 22180

大华府唯一的正宗兰州拉面
陕西刀削面美味正宗



特色菜系: 本店靠近泰森角购物中心,5分钟车程

- 贵妃鸡
- 北京鸭
- XO 生翅蚌
- 香脆鱼片
- 金沙龙虾
- 特色黑椒牛柳
- 金条鱼球