

大家好，我是傻姐美食，生活中唯有美食和美景不可辜负。春天是海鲜最肥美的季节，像螃蟹、皮皮虾、海虹、扇贝等等，身为海边人又可以大饱口福了，吃海鲜既方便又实惠。今天扇贝15元2斤，买了4斤，回家简单一做，就是一顿美味的大餐。扇贝做法也非常丰富，除了清蒸、烧烤、油炸，用它包饺子更是一绝，把扇贝肉取出，清洗干净，加把韭菜做成饺子馅，比三鲜饺子还鲜美，您最喜欢扇贝哪种吃法呢？

比起生蚝和海虹，扇贝口感更鲜美，价格也更实惠。中午本来打算包饺子，忘了买韭菜，那就做个最简单吃法蒸扇贝，顺便和大家分享下蒸扇贝小技巧，任何食物做法越简单，味道也就越纯正，那么蒸扇贝应该注意哪些问题呢？来看看海边人的正确吃法吧。首先购买扇贝要以新鲜为主，任何海鲜都一样，尽量少买打折品，不新鲜的口感很差。先把扇贝清洗干净，外壳最好用刷子刷一遍，有的贝壳上会缠有丝网，要拿下来，塑料预热会产生有害物质。

蒸扇贝时，万万别直接上锅蒸！多加这1步，扇贝肉鲜嫩不回缩。清洗干净开始上锅，有人吃贝类海鲜喜欢加水煮，煮熟后把水倒掉，这样做是非常影响口感的，水分会带走一部分营养和鲜味。也有人会直接上锅蒸，这样做也不对，直接蒸时间比较长，会导致扇贝肉口感发老。正确做法是锅内加水烧开，开锅后再放入扇贝，切记不要直接上锅蒸，只需多加这1步，也就是水开再上锅，扇贝肉才会鲜嫩可口，大火蒸2分钟就熟了，清蒸口感最纯正。

蒸熟的扇贝壳是全部打开的，如果有个别没开口的就是坏掉了，直接扔掉就好。扇贝和螃蟹一样属于寒性食物，吃的时候可以调碗姜汁蘸着吃，中和一下寒性，这样肠胃比较弱的就不会出现不适了。

还有就是关于扇贝哪些地方不能吃也引起过热烈讨论，特别是底部发黑那一小块儿，很多人都去除扔掉，或者只吃扇贝丁，这就有点浪费了，其实只需要把一根浅咖色的丝拽出来，整个扇贝都是可以食用的。吃不完的扇贝要及时把肉剥出，装入保鲜袋放冰箱冷冻，可以用来炒菜或者煮汤，提鲜又营养。

这才是扇贝正确做法，千万不要加水煮，2分钟就出锅，营养又鲜美。扇贝除了口感鲜嫩，营养也非常丰富，常吃可以健脑美容，如果遇到卖扇贝的不要错过哦，现在是最肥美的时节。关于蒸扇贝的小技巧就分享到这里了，记得要水开上锅蒸哦，不要加水煮，牢记这一点，保证扇贝肉鲜嫩不回缩。如果您也有扇贝简单美味的吃法，欢迎评论区留言分享，让更多朋友学习受益吧。