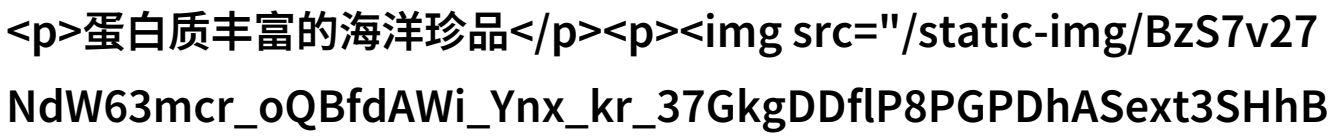


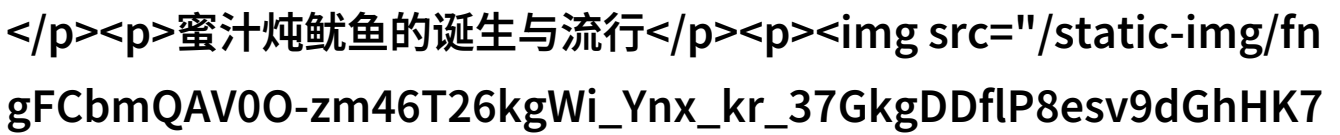
# 海味美食蜜汁炖鱿鱼的诱人魅力与烹饪秘

蛋白质丰富的海洋珍品



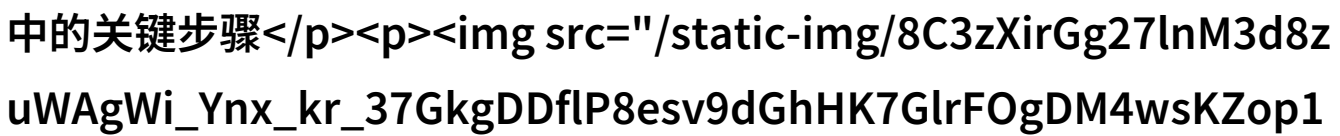
鱿鱼是一种生活在深海中的软体动物，其肉质细腻，含有丰富的蛋白质和低脂肪，是健康饮食中不可或缺的一种食品。它不仅营养价值高，而且口感独特，带有一丝丝清新的海洋风味。

蜜汁炖鱿鱼的诞生与流行



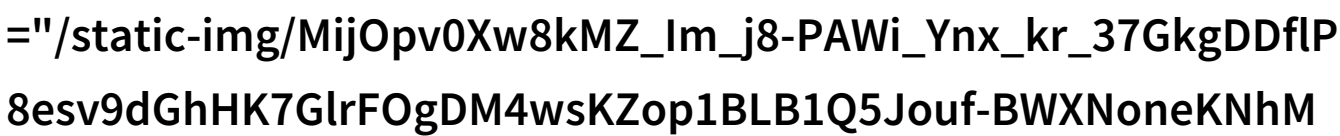
蜜汁炖鱿鱼作为一种新颖的料理方式，它融合了传统调料与现代烹饪技巧，将鱿鱼本身那浓郁而微甜的自然香气加以提纯，使得整个菜肴散发出一股令人垂涎三尺的醇香。

制作过程中的关键步骤



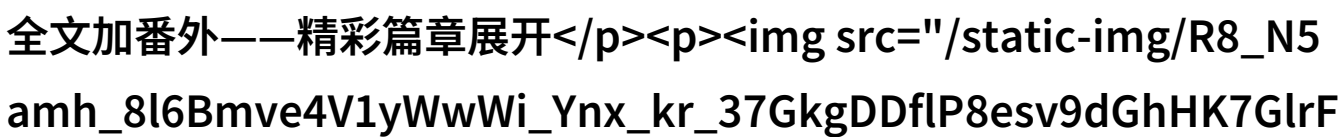
首先，要选择新鲜且无异味的大型活体鱿鱼，然后进行整理、洗净并去除内脏。在大锅中加入适量水以及各种调料，如姜片、葱段、八角等，再将洗净后的鱿鱼放入其中慢火炖煮至熟透。期间要注意定时翻动，以免造成过度煮硬。

调料之选——蜜糖与黄酒



蜜糖作为主要成分之一，它能使整个菜肴呈现出金黄色的色泽，同时提供多余甜味，增添饱满利情趣。而黄酒则为菜肴添加了一抹特殊芳香，让其不仅仅是单一口感，而是既有咸又有甜，又兼具酒香，可以说是一举两得。

蜜汁炖鱿鱼全文加番外——精彩篇章展开



Es.jpg"></p><p>通过上述步骤制作出的蜜汁炖鱿鱼，不但外观诱人，更重要的是每一次尝试都能发现新的风味层次。这道菜不只是简单地吃一个物品，而是一个故事、一场旅行，一次探索未知世界的心灵体验。此外，还可以根据个人喜好，在原有的基础上增加其他配料，比如蒲薯块或西兰花，以增加颜色和口感层次，从而更完善这道美食。</p><p>家庭聚餐中的佳肴推荐</p><p>对于家庭聚餐来说，蜜汁炖鱿鱼无疑是一个绝佳选择。它既能满足不同年龄段人的口味需求，也能够提升一次家庭聚会的小确幸。另外，由于材料易于准备，并且制作时间相对较长，因此也非常适合在周末或者节假日进行家居用餐，为大家带来一个难忘的美食记忆。</p><p><a href = "/pdf/793179-海味美食蜜汁炖鱿鱼的诱人魅力与烹饪秘籍.pdf" rel="alternate" download="793179-海味美食蜜汁炖鱿鱼的诱人魅力与烹饪秘籍.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>