

涓 杓瀛兼姝組 - 涓 洙鏼ユ洙鎼伴櫝鏼朵簔 - 鍉 儿 櫝 錦 冬 汉 绉 惧 脍 浜 ゆ 稊 四个窍门教你挑出好螃蟹

美食

浣漏

鑒賤龔浜庸細2006/10/16 20:27

秋风起，闻蟹来。此时的螃蟹，最是黄多肉肥。所谓“九雌十雄”、“九月团脐，十月尖”，都是在说吃蟹的时间，螃蟹母为圆脐，农历九月卵满，蟹黄鲜香油脂细腻；公为尖脐，十月黄肥膏白，口感丰腴圆润。

我们常吃的海蟹主要有梭子蟹，石铗红，湖蟹为大闸蟹。石铗红蟹肉汁多甜美；梭子蟹肥厚鲜香，大闸蟹肥厚油香，虽各有妙处却都是极品美食。在挑选螃蟹时，可以参考以下几点：

1.选螃蟹以鲜活为上品。

螃蟹的眼睛对外界刺激的感应最为灵敏，因此挑选时先触摸螃蟹的眼睛，反应比较激烈者说明其鲜活。也可以将其翻转肚皮朝上，看其是否可以自己翻转过来，来判断它是否足够健康鲜活。

2.将蟹拿在手里掂，手感沉重的为肥大壮实的好蟹，手感轻飘的多是干瘪肉少的劣蟹。

好螃蟹的背部呈青色且坚硬，腹部饱满厚重。还可以仔细观察蟹腿，腿部坚硬，很难捏动的螃蟹最肥满。

3.观察螃蟹的腹脐，黑色越多则螃蟹越肥满，轻轻打开腹脐，隐约可见黄色者为佳。

4.将螃蟹置于阳光或灯光下背光观察，透过阳光，蟹盖边缘不透光的则说明螃蟹肥满，若透亮缝隙可见，则螃蟹比较空。

蒸煮螃蟹时，一定要凉水下锅，这样蟹腿才不易脱落。由于螃蟹是在淤泥中生长的，体内往往带有一些毒素，为防止这些致病微生物侵入人体，在食用螃蟹时一定要蒸熟煮透。按照经验来说，根据螃蟹大小，在水烧开后再蒸煮8—10分钟为宜，肉已成熟却不会过烂。还需注意的是，螃蟹的脑部与肺部均不宜食用。