

啤酒配上小龙虾,一定是许多吃货们的首选

推荐:四款小龙虾烹饪食谱



如何选小龙虾你们知道吗?

一般来说,小龙虾最好吃的时候是5至10月份,黄满肉肥。在选购小龙虾的时候,应该看它是清水还是浑水养出来的,背部红亮干净的较好。再翻开看它的腹部绒毛和爪上的毫毛,如果是白净整齐,基本上是干净水质养出来的。

最好能挑选到刚刚长大的小龙虾,因为小龙虾毕竟是吃腐殖动物尸体的,细菌和毒素只会越来越多地积存在体内。一般老龙虾或红得发黑或红中带铁青色,青壮龙虾则红得艳而不俗,有一种自然健康的光泽。用手碰它的壳,铁硬铁硬的是老的,像指甲一样有弹性的则是刚长大才换壳的龙虾。

挑选步骤

看:正规渠道养殖的健康小龙虾,形状完整,个头均匀,头和身几乎各占一半,颜色红亮干净,腹毛、爪毛干净。被污染的小龙虾一般来自不同水域或是野生的,大小不匀,脑袋大身子小,颜色褐红或铁红,关节处较脏,腹部毛脏,头部有污物或是寄生虫。

闻:水质好的区域养殖的,无腐败、重金属等味道,含有一股自然的水腥味。受污染的小龙虾有一股重金属的味道或是腐臭味。

比大小:同样的季节,人工养殖的要大一些,个头均匀,肉质也比较饱满。野生污水水沟里自然生长的个头小,头部比身体大一倍,壳厚肉少。

熟后形状:在餐馆吃做好的小龙虾时,如果发现龙虾的尾巴是直的,那么这些龙虾很可能就是死虾,千万不要吃。



麻辣小龙虾

- 1.用牙刷洗净小龙虾,抽去肠线。
- 2.葱、姜、蒜切末,尖辣椒也切末。
- 3.油入锅八分热,放几粒红辣椒,炒出香味,放小龙虾翻炒,陆续放切好的葱、姜、蒜末和尖椒末,再翻炒。
- 4.一杯啤酒淋锅,有二两即可,盖锅焖住。
- 5.三分钟后,放糖、盐,翻炒后再焖三分钟后出锅即食。从入锅到出锅,全部时间12分钟。

爆炒小龙虾

- 1.龙虾去头去虾线,用小刷子清洗腹部反复淘洗,沥干水分备用。
- 2.准备佐料和配菜,姜、蒜米、干辣椒、芹菜、花椒、料酒、蚝油、白糖、陈醋。
- 3.热锅冷油,油温烧至8成热,倒入小龙虾,爆至虾身红透,肉质略带焦黄,捞出备用。
- 4.锅留底油,放入佐料和配菜炒制出香出红油。
- 5.放入小龙虾继续炒制,加入料酒、蚝油翻炒15分钟,再加入白糖、陈醋、生抽、芹菜翻炒就好了。

红烧小龙虾

- 1.刷干净小龙虾,去头上的须,去前小爪。
- 2.锅内底油烧热后下大蒜粒、姜片、花椒、小茴香、大葱白爆香一下。
- 3.加入干辣椒和香叶,放入龙虾翻炒,加入料酒、酱油并不断翻炒。
- 4.倒入水开始炖煮,放些盐和少

许的糖进行提味。一直用中火慢炖,将汤汁烧到快收干。

- 5.汤汁快收干时就可以出锅了,撒上点葱花点缀。

油焖小龙虾

- 1.小龙虾用刷子刷干净,然后去

掉虾头,把虾肠扯出来。洋葱切条。干辣椒剪成段,葱切段。

- 2.锅内放油,多点油,油烧熟,把龙虾放进去炸。然后捞出沥干油。
- 3.锅留底油放大料、辣椒酱、火锅料炒香,放花椒、辣椒、姜、蒜炒香,放酱油翻炒。放龙虾翻炒均匀。然后放啤酒,放蚝油、盐、鸡精。盖上锅盖焖。

- 4.烧开后放葱段、洋葱,再盖盖焖,直至收汁。然后装盘。

注意:锅留底油,一定要多留一点。因为炒料的时候会炒很久,不然到时候容易糊。放啤酒的时候,把小龙虾淹没。放了啤酒之后加蚝油、盐,盐不要加太多,因为最后还要再放盐,如果前面放多了,到时候就太咸了。

打造永不落幕的花博盛会

(上接1版)推动花卉产业高质量发展,建设花卉强国的重要举措;是上海积极争当全国改革开放排头兵、创新发展先行者,推动长三角一体化发展,努力建设卓越的全球城市,向令人向往的创新之城、人文之城、生态之城迈进的重要里程碑。

第十届中国花博会选址崇明东平国家森林公园地区,以“花开中国梦”为主题,规划建设10平方公里花

博园区,构建“三区、一心、一轴、六馆、六园”的空间布局,充分展现“盛世花开、耀我中华”的大气格局,努力打造成为尊重自然肌理、彰显田园风貌、体现生态特色、实现可持续发展的国际花卉博览园。第十届中国花博会计划于2021年5月21日至7月2日举办,布展分为室外展园和室内展区。室外展园位于梦花园核心区西侧,布展面积约3万平方米;室

内展区位于花艺馆内,布展面积约3700平方米。当前,花博会的各项筹备工作正在紧锣密鼓开展,崇明将坚持生态、创新、人文、共享的发展理念,全心奉献一届无与伦比的花博盛会。

李政代表第十届中国花博会筹备组,真诚欢迎国际友好城市、国际组织机构、国内外优秀企业、花卉园艺大师参展花博会,精彩展示最新的品种、领

先的技术、丰硕的成果,共同推动花卉事业加快发展。崇明将提供有力的政策支持和细致周到的服务。

“花开崇明岛,花开新时代,花开中国梦!”李政衷心祝愿本次展会取得圆满成功,并希望社会各界都能参与到花博会筹备工作中来,参与到崇明世界级生态岛建设中来,共同推进现代花卉产业发展,共同建设海上花岛,共同打造一届永不落幕的花博盛会。

期间,李政还与来自荷兰、以色

列等国知名花卉企业进行合作洽谈。

又讯 当天下午,第十届中国花博会筹备组在上海卓美亚喜马拉雅酒店举办第十届中国花博会招商推介活动,崇明区相关负责人对第十届中国花博会总体规划、市场开发情况及参展和招商有关扶持政策等进行介绍。活动现场,第十届中国花博会筹备组授权上海国展展览中心有限公司作为第十届中国花博会官方招展单位之一开展国际招展工作。

紧盯目标抢进度 突出重点勇拼搏

(上接1版)高质量发展“新引擎”、高品质生活“新样板”,为世界级生态岛又好又快发展增动力、添活力。

李政指出,奋战二季度,关键要紧盯目标抢进度,突出重点勇拼搏。一是坚持生态优先,全面启动第四轮三年行动计划。当前任务就是抓推进、抓落地,高起点规划、高标准设计、高质量施工、高效率协调、高水平管理;二是聚焦乡村振兴,推进农业

农村优先发展。要争当都市农业革命引领者,进一步打响“两无化”特色品牌、引进优秀龙头企业、提高科技支撑水平,全力打造中国最好的现代农业。要狠抓乡村振兴示范村建设,大力推进农民集中居住,凸显“白墙青瓦坡屋顶,林水相依满庭芳”特色风貌,全力建设中国最美的都市乡村;三是坚持高质量发展,全力闯出生态经济发展的新路。要以大生态

引领大农业、大文旅、大健康、大智造等加快发展,培育壮大生态产业集群。积极做好招商引资工作,做大生态实体经济。加快推动园区载体建设,打造一流生态产业园区。着力推动文旅体育产业发展,抓好全域旅游示范区创建、国际重大赛事活动举办、国家特色小镇建设等工作;四是坚持生态惠民,全力推进民生事业发展。要始终坚持以人民为中心

的发展思想,围绕“老小旧远”,千方百计解决好群众关心的现实问题;五是坚持统筹推进,全力抓好花博筹备工作。要对照迎花博800天行动计划,全力以赴抓好项目建设、招展布展、花卉产业、市场开发各项工作。李政还强调了以下几项工作,一是加快重大生态项目建设,确保全面按时保质完成;二是坚持问题导向,全面提高“一网通办”水平;三是坚持依法行政,全面推进法治政府建设;四是抓好违法用地整治,彻

底完成清理整治任务;五是扎实做好生态环境保护工作,高水平迎接中央环保督查。

李政强调,建设世界级生态岛的伟大事业,始于梦想、成于奋斗、重在实干。要在市委、市政府和区委的坚强领导下,真抓实干、奋勇拼搏,大力建设高能级生态,着力推动高质量发展,全力创造高品质生活,全面完成二季度各项重点工作,为圆满完成全年目标任务打下坚实基础。

共同打造美丽“海上花岛”

(上接1版)上海是中国花卉消费最大的城市,崇明是上海生态环境最好的城区。崇明将依托一流的生态优势、独特的区位优势和庞大的市

场优势,大力发展花卉产业体系,带动百姓增收致富。当前,崇明正在全力筹备2021年中国花博会,这是加快花卉产业发展的重大商机。荷

兰花卉产业享誉全球,阿玛达公司作为知名花卉企业,在花卉种苗的研发培育方面技术先进,希望双方加强合作,推动项目落地,共同打造

美丽的“海上花岛”。

阿玛达公司董事长杰拉德·兰蒂斯表示,近年来阿玛达公司看到了中国花卉市场的巨大潜力,致力于为中国消费者培育更多适销对路的花卉品种。崇明作为一个以生态

为特色的地区,在花卉产业发展上决心很大,期待能与崇明开展深度合作,充分发挥研发和专业技术优势,助力崇明花卉产业加快发展。

区委常委、副区长吴召忠参加交流座谈会。

海军兵器谱上有艘“崇明岛”号

(上接1版)从这里拔锚起航。2017年6月28日,中国海军新型万吨级驱逐舰首舰下水仪式在上海江南造船(集团)有限

责任公司举行,标志着我国驱逐舰发展迈上了一个新的台阶,对于完善海军装备体系结构、建设强大的现代化海军、实

现中国梦强军梦具有重要意义。

在中国海军的兵器谱上还有一艘“崇明岛”号,受到崇明军事迷的格外关

注。“崇明岛”号是一艘远洋打捞救生船,舰长156.2米,满载排水量1.3万吨,航速20节,1975年由江南造船厂建造,曾为东海舰队旗舰。船上除设有一般常规设备和工作室室外,还设有大型舰载直升

机系统,深潜救生艇系统,减压舱系统,设有2个大型救生用加压舱和1个医疗舱、定位锚系统、深水锚系统、水声分系统、完整的医疗系统、潜水救生钟系统、6个潜水作业部位和常规潜水系统。