

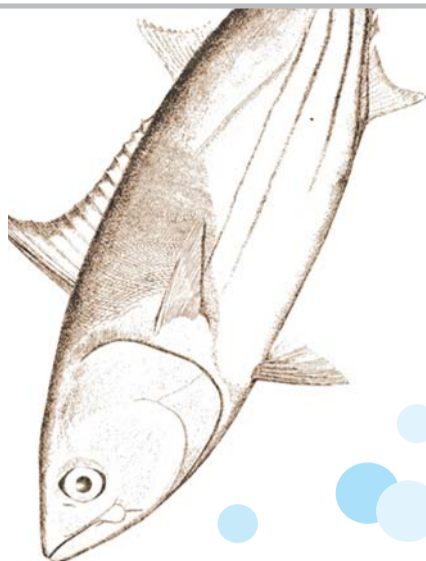
# 搜街记

专刊记者 庄粟

近日,记者来到了一个充满了海的味道地方,这就是位于芝罘区幸福南路东首的海中宝海产品交易中心。

海中宝是一座涵盖海产干货、冻品、高档滋补品、保健品等多个品类的海产品交易中心。商场主要面向旅游市场、百姓日常消费、企业大宗采购。立足于烟台,辐射华北、华东、东北等区域,成为北方最大的海产品采购批发中心。

海中宝海产品交易中心可以称得上是烟台海参一条街、北方海味干货批发集散中心。下面就跟随记者的脚步,去体验海产品的美味之旅吧!



## 海产品一站购

### 第1站

#### 海参



**推荐商家:**  
明星商家  
A座1楼  
东方海洋  
明威海参  
大泐海参  
A座2楼:  
裕泰参业

**特色商家:**  
A座1楼  
东口海参:拉缸盐海参  
SeaBaby:美国海参  
参太郎:全世界的海参

**B座1楼:**  
御参坊:即食海参  
森海源:即食海参  
海底捞:冻品海产  
润杉海参:冻品海产  
瑞参堂:冻干海参

### 市面上常见海参

#### 淡干海参



淡干海参是通过对新鲜海参进行去内脏、清洗、沸煮、缩水、低温冷风干燥加工而成的海参产品。淡干海参是海参产品中的极品,无糖无水,方便储藏。

#### 老淡干海参

老淡干,本地人又叫纯淡干,或称一遍盐。是指最传统的加工方法,就是用拉缸盐直接烘干的,不再进行深加工。



#### 冻干海参



冻干技术是海参加工业发展的革命,真空环境下的加工工艺得以最大限度保持了鲜海参原料的色、味、状态及营养成分,

活性保留了海参活体细胞,海参营养更易于人体充分吸收利用。完整保留海参营养成分,水分含量极低,营养成分含量达到最高。

#### 拉缸盐海参



拉缸盐海参是干海参加工制作过程中的一种半成品参,是湿参,也就是未经晾晒与烘干处理的海参。其质量主要取决于海参煮制时火候的大小,海参在煮制过程中火候越大,

海参的细胞组织之间就收缩的越紧密,海参的含水量就越低。

#### 即食海参



即食海参并非是鲜参加工成的,也是由干参泡发后再加工,因为鲜参被打捞上来后,会迅速自溶,必须尽快处理,所以没办法直接加工成即食海参。既完整地保持了海参形态,又解决了海参消化吸收难的问题,袋装即食海参泡在纯净水里,开袋即食,不含防腐剂。

### 第2站

#### 鲍鱼



**推荐商家:**  
A座1楼:  
阿泰:干鲍鱼、即食鲍鱼

### 冬季海参进补

中国人吃海参已经有上千年的历史了。海参同人参、燕窝、鱼翅齐名,是世界八大珍品之一。海参不仅是珍贵的食品,也是名贵的药材。

下面就介绍几款亦食亦药的海参食疗方法。

#### 1. 海参蒸冰糖

**原料:**水发海参50克,冰糖适量。

**做法:**将水发海参洗净切丝,放在大瓷碗中,加入冰糖和清水200毫升,加盖,上笼蒸至酥烂。早上空腹食用。

**功效:**适用于高血压,血管硬化等症。

硬化的等症。

#### 2. 海参枸杞汤

**原料:**水发海参100克,枸杞、党参各10克,姜片、盐、味精适量。

**做法:**将水发海参洗净切丝,枸杞、党参分别洗净,同放入沙锅中,加清水500毫升,烧开后,加入姜片、精盐,小火煮至熟透,下味精,淋麻油。分1-2次趁热食之。

**功效:**适用于贫血、慢性肝炎、肺结核病人的辅助治疗。

#### 3. 葱烧海参

**原料:**水发海参1千克,清

汤250克,油菜心2棵,料酒9克,湿玉米粉9克,熟猪油45克,葱120克,酱油、味精、食盐各适量。

**做法:**1.将水发海参洗净,用开水余一下,用熟猪油将葱段炸黄,制成葱油;海参下锅,加入清汤100克和酱油、味精、食盐、料酒,用微火炖烂。2.将海参捞出,放入大盘内,原汤不用。将菜心放在海参上。3.锅内放清汤150克,再加入酱油、味精、食盐、料酒等调料,用湿玉米粉勾芡,浇在海参、菜心上,淋上葱油60克即成。

**功效:**滋肺补肾,益精壮阳。适用于肺阴虚的干咳、咯血,肾阴虚、血虚的再生障碍性贫血等。

#### 食用禁忌

海参不宜与甘草酸、醋同食。酸性环境会让胶原蛋白的空间结构发生变化,蛋白质分子出现不同程度的凝集和紧缩。

海参也不能与葡萄、柿子、山楂、石榴、青果等水果同吃,同时食用,不仅会导致蛋白质凝固,难以消化吸收,还会出现腹胀、恶心、呕吐等症状。

### 第3站

#### 海味干货



**推荐商家:**  
A座2楼:  
海鸣水产:  
各种海味干货  
海食客:海苔

### 鲍鱼种类



#### 干鲍鱼

干鲍鱼分淡干鲍和咸干鲍两种。品尝干鲍鱼以淡干鲍为好,是要求它品质优良,个头厚大,肉质的丰腴与汁液的甘美清香。干鲍鱼烹制一般需时较长,要用精制的顶汤反复烹制,使干鲍鱼能够充分吸收其他物料的味道,故香味浓郁,肉质甘腴。

#### 即食鲍鱼

即食鲍鱼既完整地保持了鲍鱼形态,又解决了干鲍鱼不好发制,消化吸收难的问题,即食鲍鱼的出现很好地解决了人们想吃鲍鱼却又不大会发制鲍鱼的难题,通常有真空袋装即鲍鱼,冷冻储藏,可以满足大家吃到新鲜、味美的鲍鱼。

