

野生海参全是“运动健将”

海参烹饪专家教市民分辨野生海参,野生的刺和底足都粗壮



本报6月3日讯(记者 王帅)日前,首批参与西霞口野生刺参养生节的市民到达西霞口。他们跟着渔民出海捕参,跟着专家现场分辨野生海参和池养海参区别、学习海参烹饪方法等,整个行程很充实。

“野生海参和池养海参咋分辨?”5月30日,刚进西霞口集团野生海参加工区,市民刘女士向现场工作人员问道。有20多年海参烹饪经验的中国烹饪大师李辉拿起一个鲜参,掏出内脏后,向大家展示野生海参内部的肌肉,“这个是它的伸缩肌,海参靠它爬行。”李辉介绍,野生海参生长在海里,

生长环境恶劣、风浪多,它在海底运动量大,是个“运动健将”,所以伸缩肌很粗壮,而池养的海参伸缩肌较细,接着,他展示了池养海参的伸缩肌,眼见为实的刘女士和同伴纷纷点头。

除了伸缩肌,市民也可以从外表就能分辨两种海参的区别。李辉介绍,野生海参生长环境恶劣,活动较多,背部和两侧的刺都是很粗壮,而池养海参生长环境风浪小,饵料丰富,活动较少,刺长的细尖长;野生海参一般通过底足行动来寻找食物,所以底足长得短而粗壮;而池养海参生活在浅水区域,底足的行动作用下

降,变得细长。经过实际对比和观看,不少市民学到分辨的本领。

现在,西霞口野生刺参体验行的队员仍在招募中。如果想知道野生海参的详细情况,市民可报名随船出海,亲眼见证潜水员直接将野生刺参从大海中捕捞上岸。市民也可以从家中自带海参,同西霞口野生刺参进行现场PK、现场品尝,以证实优劣。

刺参养生节期间,西霞口集团将推出钜惠措施,往年120元/斤的海捞野生刺参,将以100元/斤的价格促销惠民。6月3日起,每位参与市民还能免费品尝一只价值60元的西霞口野生高压海参。

免费班车接送 免费品尝整只海参

即日起至6月30日,凡报名参加野生刺参养生节的市民,由该集团负责安排车接送;西霞口集团将安排工作人员为购买野生刺参的市民免费加工,加工过程市民可以全程监督;每天按照购买野生刺参市民总人数10%的比例确定中奖名额,奖品为免费赠阅2015年全年《齐鲁晚报》1份或西霞口动物园门票1张;每位参与市民还能免费品尝一只价值60元的西霞口野生高压海参。

野生刺参养生节结束后,

该集团将对所有购买野生刺参的市民实行再次抽奖,设一等奖3名、二等奖5名、三等奖10名,奖品分别为价值4000元的干海参1份、价值1000元的冻海参1份和价值240元的西霞口景区四联票1张。抽奖全程由公证人员现场公证。

感兴趣的市民可拨打电话0631-5203337报名参团,西霞口集团将负责安排车接送,并免费赠送午餐,集合地点分别为威高广场(华联站)、竹岛大润发、经区龙海国际。

教你怎么吃海参

食用海参滋补要以清淡为主,海参清淡的吃法最能发挥海参的营养效果。

海参粥:作为早餐,海参可以切碎熬粥,做海参粥前先把米粥熬好,然后把切碎的海参放进粥里,同时加入少量盐、糖、姜丝,再熬5分钟后就可以出锅。这种吃法比较适合平时吃海参的老年人,不但营养吸收好,口感比较柔和,也不会伤胃,对于老年人的体弱虚寒、产后虚弱的产妇或者术后需要进补的人群大有好处。

海参鸡蛋羹:将海参与少量木耳切碎后放入搅拌好的鸡蛋中蒸蛋羹,具有很好的滋阴

养血效果。

蘸食:每早食一个,可蘸蜂蜜和白糖(糖尿病患者不建议使用该种食用方法),也可放入牛奶中送服,常年坚持有强身健体的功效。

凉拌海参:将煮后的水发海参用凉水洗透,切成薄片或碎丁,加入适量盐、糖、醋、味精、蒜泥、香菜拌匀即可食用,柔脆滑嫩、鲜味可口。

海参清汤:将海参切碎,入锅烧开,取方便面调料少许,根据个人口味调理。

海参蘑菇汤:用海参加蘑菇、玉兰片、虾皮煮汤,为老年人理想的滋补品。