



“蒸”着吃的海鲜火锅 你尝过吗？



本报记者 杨万卿

先说一个吃货为了美食如何“发奋图强”开动脑筋的励志故事。在遥远的古代，山东胶东渔民经常在海上作业。受淡水资源有限、烹调环境简陋，船上无法使用丰富的烹调手段等条件限制，渔民的饮食非常单一。为了更好地丰富饮食，有些聪明的渔民就用一口锅加一个蒸盘，利用锅内蒸汽的作用，使锅底和蒸盘的美味相互融合。这样，不仅解决了海上饮食单一的问题，做出来的菜肴也更加的鲜美。

济南新开了一家名叫“鼎鲜海鲜音乐餐厅”的店面，老板老家在烟台，在泉城立业许久，却始终怀恋家乡的海鲜味道。一次契机，让他在2015年底创立了“鼎鲜”品牌。受家乡渔民饮食方法的启发，结合现代人对健康的追求，他决定采用“蒸”这种健康营养的烹制方式，让现代人在时尚餐厅里也能品尝到古代渔民在船上的特有饮食。

“鼎鲜”传承古代渔民蒸食工艺，餐厅采用一锅两吃的做法，上面蒸盘内蒸制海鲜菜品，下面熬制粥底。顾客一进门，可以先品尝美味的蒸海鲜，在这个过程中，蒸制中的海鲜汁滴入粥中，粥底沾染了海鲜的鲜甜，也就熬制得更加浓稠美味。同时，这种饮食方式对海鲜的要求也非常高，所有海鲜都必须是新鲜、活的。“鼎鲜”就这样，以一种新型、健康、原味的海鲜蒸汽用餐模式，来创造一种新的餐饮文化。

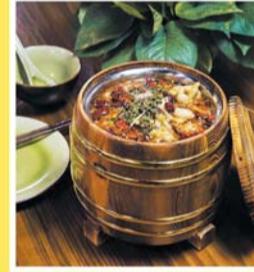
“蒸汽海鲜与传统火锅不同。”鼎鲜海鲜音乐餐厅的老板苏涛告诉记者，蒸汽加热的方式是中间放着隔层架，隔层架上放置海鲜、蔬菜

等食材进行蒸煮，还可以按自己的创意随意拼盘摆放出好看的造型。传统火锅则是直接把实物放到汤里煮，食物大部分的原汁原味都留在了汤里，浪费了。而蒸汽火锅可以保存食材更多的原汁原味和鲜甜口感。

苏涛还向记者介绍了蒸汽海鲜的特点。众所周知，“蒸”不同于“煮”，蒸是不加水的。蒸汽海鲜是以纯净水为蒸汽水源，利用蒸汽回锅来蒸煮食物，无需在蒸汽锅内加水。以纯净水来做蒸气气流，不仅更加健康卫生，也能令烹煮的海鲜更加香甜；同时，蒸汽海鲜会有专门的人在旁指导操作，针对不同的海鲜食材更配科学的健康蒸煮时间表，使得食材的营养和口感得到最好的保证，不仅很好地保留了食材的原味和色泽，也更加提升了美食的口感和醇香。

对于吃货们来说，多种食材放在一起，最毁灭性的结局莫过于窜味了，而采用蒸汽海鲜所蒸煮的食材，相较于普通的火锅最大的特点就是能保证各个食材原有的鲜美味道，不会和普通火锅一样，所有食材放在一起导致相互窜味。如果想要吃最原汁原味的食物，还要保证食材清洁卫生、吃起来不易上火，蒸汽锅应该是最棒的选择了。

最后，蒸海鲜还给吃货们带来了更有创意的吃法，蒸煮同时进行！蒸汽锅内用上面蒸海鲜，锅里无需放水，只需放入洗好的米。蒸海鲜时利用蒸汽冷却的蒸馏水以及海鲜蒸出的汁液流入底层煮粥。当吃完海鲜时即可获得意外的惊喜：锅里米已用食材的精华熬成鲜美的海鲜粥！令人不禁直咽口水啊！



相关链接

美味、营养、健康 统统“蒸”出来

“蒸”，将营养损耗降 至最低

“蒸”是现在颇受推崇的烹饪手法，它避免了食材与炒锅的直接接触，也就避免了1000度以上的高温对维生素、蛋白质等营养成分的损耗和流失。

“蒸”，还原食材本真 滋味

新鲜海鲜直接蒸制，保留了海鲜最原本的鲜美，使其不受其他食材味道的融合和破坏，原汁原味，保留海鲜的最佳味道。

“蒸”，品味最新鲜海 鲜

蒸制食品，尤其是海鲜食品，因其以“鲜”味著称，对食材的新鲜度要求自然也最高。“鼎鲜海鲜”直接对接海上作业，保证您的每一口海鲜都离开海水小于12小时，每天凌晨从烟台、威海发货，第二天中午您就能吃到真正的活海鲜了！

“蒸”，两种食材一锅 同食

将海鲜与粥同锅而食，利用蒸汽的作用，既可以自然祛除海鲜的腥味；同时，蒸出来的海鲜汁又可以充分保证粥品的甜鲜味美。

本报记者 杨万卿 整理