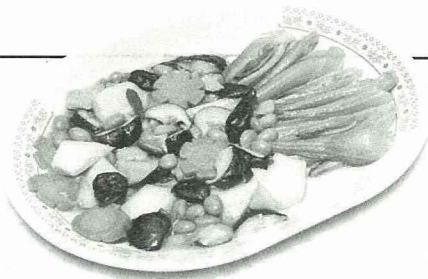


■將青菜用小蘇打過一下水，然後用熱油大火快炒，可保持蔬菜原本美麗的綠。



烹調加酸

蔬菜失去美麗的「綠」

中國美食最令人稱道的部分是將飲食藝術化，也就是說，一道讓人稱讚的菜餚，並不僅僅在於美味可口而已，它還必須有立體的感覺。換言之，它在香味、視覺的顏色上，都需要做整體的考量，也唯有「色、香、味」俱全的菜餚才能被稱為是好的菜餚。

蔬菜是常被用來增加菜餚視覺享受的材料，因此烹調時，如何保持蔬菜的翠綠是很重要的。

蔬菜的綠是由植物中的葉綠素所提供，而植物裡的葉綠素分子含有有機部分及無機部分，促使蔬菜翠綠的原因是有機部分，氮元素環狀結構中心的鎂離子，換句話說，葉綠素中失去鎂離子，那麼烹調過的蔬菜，就會變成一般所常見的橄欖色或褐色等這種難看的顏色。

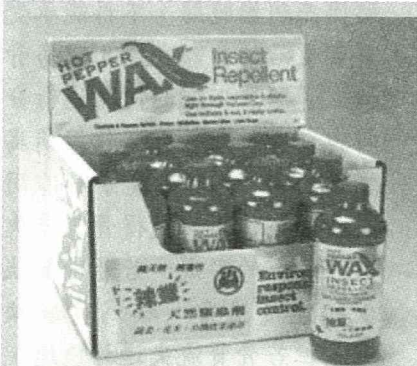
在烹調的過程中，究竟哪一種不當的方式會使鎂離子流失呢？經研究證實是「加酸」，故而為求蔬菜保持原本美麗的綠，有經驗的師傅會將青菜用小蘇打過一下水，然後用熱油大火快炒。



■炒青菜時若不加蓋，不會使蔬菜失去美麗的綠。(歐美月 攝)

以蘇打過水，正是在防止鎂離子流失，期能保持青菜的翠綠，而大火快炒是防止青菜組織被破壞，並減低酸的產生

量，且炒青菜時若不加蓋，則可將醋酸揮發的更快，這樣便可以降低酸造成的影響，使蔬菜不會失去美麗的綠。 圖



※本產品榮獲美國、加拿大、紐西蘭及澳洲等多國專利。

辣蠟 植物用 驅蟲劑

美國原裝進口，由多種食用辣椒提煉而成之純天然驅蟲劑，可驅離大部份植物害蟲，安全、無毒，對人畜無害，適用於清潔蔬菜、有機農業及各種花卉。

總代理：農友種苗股份有限公司

高雄市 802 中正二路 26 號

Tel: (07) 224-1106 轉 209 或 213

Fax: (07) 223-6493