

我怎樣煮冷凍水餃

傳統的水餃煮法是，先把水煮滾，然後放入水餃，蓋上鍋蓋，繼續煮滾後，再加入1大碗冷水，蓋上鍋蓋，再煮滾，如是重複3次。老祖宗發明這樣的煮法時，世上還沒有冰箱或冷凍庫，針對現包的水餃，這樣的程序確實足可將水餃裡的肉餡煮熟，殺死可能寄生在豬肉裡的條蟲。

然而，現在時代不一樣了，我們很難有老祖宗那樣的閒情逸致，在家裡勞師動眾擀的水餃皮，調餡，現包現煮。

對從超市買回來，或偶爾利用假期，全家樂融融的包好後，貯放在冰箱裡的冷凍水餃而言，按照上述的傳統煮法，常會發現裡頭的豬絞肉還半生不熟，略帶紅色（煮熟的豬絞肉會呈白色），吃得讓人膽戰心驚，於是只好再多加1、2次冷水煮滾。結果常是水餃皮都煮爛、煮破了，餡裡的豬絞肉仍舊沒有完全煮熟。

今天和大家分享一項突破性的煮法，保證可在水餃皮仍保有良好的彈性之下，將冷凍水餃的肉餡完全煮熟。一仔細聽嘍：將冷水放入鍋內，瓦斯爐點火後，立即加入冷凍水餃，蓋上鍋蓋，待煮滾後，再重複1、2次加冷水，蓋上鍋蓋煮滾即可。

技術上和傳統煮法同樣要注意的是，在水餃第一次煮滾之前，要偶爾用鍋鏟輕輕推動一下，以免黏在鍋底。

或許你會懷疑，冷水煮水餃，水餃皮不會糊掉嗎？答案是，冷水煮現包的水餃，水餃皮當然會糊掉，但煮冷凍水餃，則不會。

水滾後才下冷凍水餃，水餃處在內凍外滾的環境，麵皮很快就被燙熟了，然而，穿過麵皮的熱量，進入仍處於結凍狀態的菜肉餡時，一方面要將它解凍，一方面又要煮熟它，需要花很長的時間。因此常在內餡還沒煮熟之前，麵皮就已經煮爛、煮破了。這樣煮出來的水餃，不但難看、難吃，而且衛生堪虞。

冷凍水餃和冷水一起加熱，當水溫慢慢上升的同時，麵皮和內餡的溫度也跟著慢慢上升，到水滾時，水餃內、外和滾水的溫度已非常均一，因此煮出來的水餃，彈性好，肉餡熟，安全衛生又可口。

若不敢置信的話，可以先試煮5粒冷凍水餃看看，就算被騙了，也損失不到20塊錢。順帶告訴大家，我已用家裡的炒菜鍋，煮過1鍋45粒的冷凍水餃，效果非常良好。

創意來源：退休後，以前的同事，前衛生署藥物食品檢驗局總務主任鄭文忠兄，有次到新店探望家母和我，看我下廚煮麵後，告訴我乾麵條可以用冷水直接煮，水滾了，麵也幾乎熟了。我試了幾次，效果非常好。

今年快過農曆年前，有一天，我邀大姪兒儒霖來我家共進晚餐一起吃炸醬麵，我示範用冷水煮乾麵條給他看。儒霖詫異的說：「叔叔，我不知道乾麵條可以用冷水煮，不過我煮冷凍水餃都用冷水。」

年假期間，我一人在家，就試驗用冷水煮冷凍水餃，果真效果超級好，特地分享大家。

兩大好處：用冷水煮冷凍水餃還有兩個大好處：第一是，不用害怕下水餃時不小心被滾水燙到手；第二是，可以達到節能減碳的環保效益。



冷凍水餃



冷水入水餃



水餃煮熟了



安心享用



顆顆完整