

李家®
天然小磨香油
不真就赔100万 中国人保承保

名店当家菜

/舌/尖/上/的/周/口·舌/尖/上/的/美/食/



舌尖上的冒险 让带毒河豚变美味

——《名店当家菜》栏目记者专访青岛码头平价海鲜餐厅创始人王计炜



河豚



中国烹饪大师、青岛码头平价海鲜餐厅创始人王计炜



红烧河豚扣饭

□记者 周彦 文/图

河豚，作为传说中的极品美味，从古至今，牵动无数食客的心。古有苏轼“似闻江鳐斫玉柱，更洗河豚烹腹腴”的诗句，近有鲁迅“岁暮何堪再惆怅，且持卮酒食河豚”的佳作。虽然河豚有剧毒，需“拼死去吃”，但仍有很多人因其味美而愿意冒险。

河豚味美到什么程度？有人曾说：一朝得食河豚鱼，终生不念天下鱼。所以，河豚也被称为“鱼中之王”。近日，《名店当家菜》栏目记者专访了青岛码头平价海鲜餐厅品牌创始人王计炜先生，请他为大家传授红烧河豚的烹饪方法。

河豚味美营养丰富

王计炜经营的餐厅坐落于商水县

纬五路上，菜品以海鲜与豫菜融合为主。店内海鲜采用原产地直供，渔船打捞到岸6小时送到周口，鲍鱼、河豚、白鳝、太子蟹、波士顿龙虾等应有尽有。该店倡导健康、绿色、原生环保餐饮理念，致力于豫菜与海鲜融合新菜品研发。

“这家店推出的河豚刺身和红烧河豚，厨师手艺一流，味道鲜美！”青岛码头平价海鲜餐厅的食客向记者推荐该店的“秘藏美食”——红烧河豚。

与野生河豚相比，人工养殖的河豚毒素较小，目前已达到“控毒”，甚至“无毒”级别。青岛码头平价海鲜餐厅所用河豚都是养殖的，消费者可放心食用。河豚，作为“鱼中之王”，不仅味道鲜美，营养丰富，更是珍贵的滋补佳品。河豚皮含有90%以上的

小分子胶原蛋白，特别容易被人体吸收，是美容养颜圣品。河豚皮表面的小刺还能治疗慢性胃病。河豚肉中含有丰富的蛋白质、维生素、锌、硒等人体必需物质，还含有被誉为“脑白金”的特殊脂肪酸——EPA和DHA，其中锌和硒的含量分别是甲鱼的1.58倍和2.7倍。

名厨教您做红烧河豚

王计炜告诉记者，烹饪河豚有特别的讲究。河豚最毒的部分是卵巢、肝脏，其次是肾脏、血液、眼、鳃和皮肤，因此，清洗河豚最为关键，也是最考验厨师经验的一环。俗话说的“拼死吃河豚”，到王计炜眼里就成了“拼死吃河豚”。烹饪前，一定要将河豚的眼睛、内脏、鳃等全部去净，血水要漂洗干净。

王计炜做的红烧河豚，味鲜甜，肉肥嫩，汁浓醇。其制作方法是：首先，炒锅上火烧热，入油，葱结、姜片煸香，入河豚煸透后烹绍酒，入酱油、绵白糖，大火煮沸，小火焖透后收稠汤汁装盘。这道菜品浓油赤酱、红润光亮、咸甜鲜香、口感鲜美，令人食欲大开。吃完鱼肉，再用汤汁泡饭，人们会大呼过瘾。

让家乡人都能吃得上平价海鲜，是王计炜开设这家餐厅的初衷。出身贫寒的王计炜选择进入厨师行业，是因为热爱。从学徒到获得中国饭店协会认证的中国烹饪大师，从任职大型餐饮集团的行政总厨到成立自己的餐饮企业，王计炜用了20年时间。20年初衷不改，坚守着对美食的热爱，王计炜一直在探索美味的道路上砥砺前行。

周口晚报 周口优选

李家®

天然小磨香油
不真就赔100万 中国人保承保

名店当家菜

周口食

/舌/尖/上/的/周/口·舌/尖/上/的/美/食/

周口报业传媒集团主办美食栏目

媒体影响力与栏目搜索量保障

周口晚报、百度、腾讯视频、映客直播、周口优选商城联合发布

传承豫菜经典·发扬传统文化

报业精品栏目品牌 诚征栏目协办及支持单位

栏目组联系电话：18639402569



广告