

# 快报读者“创意龙虾”再卷风暴

## 全国征集优质虾源!

《美食休闲周刊》发起“全国征集优质虾源!”的养殖户自荐活动,让优质的龙虾养殖户主动报上名来。随后,快报将组织南京各大饭店的老总与感兴趣的市民一同去考察,并评选出优秀的龙虾养殖基地!

参与本次活动需填信息:

1. 养殖地在什么地方?
2. 月产量多大?
3. 你养殖的龙虾有什么优点?
4. 你的龙虾售价是多少?

报名方式:

1. 发送邮件至记者的邮箱 penglingmei@yahoo.cn。
2. 拨打本刊电话 025-84783633, 84783635。



**龙宫大酒店龙虾大厨,朱新建**  
大厨简介:朱师傅的老家在洪泽,带着对家乡的眷恋烹制着洪泽湖盛产的龙虾。自龙宫酒店始创以来一直是龙宫龙虾专厨,10年来带领着龙宫的龙虾研发团队孜孜不倦地传承和创新着龙虾的口味。这也是龙宫龙虾保持口味的秘诀之一,拥有稳定的龙虾专厨队伍。  
龙宫其店:龙宫在2000年便引入龙虾菜品,此后店名“龙宫”便成了店里龙虾品种的一个代称。龙虾菜品知名度和酒店知名度同步提升,龙虾也成了店里拓展经营出的一个经典菜品,龙宫龙虾系列八大经典口味每到这个季节都是让虾迷们极其疯狂的。

《美食休闲周刊》龙虾问卷持续受到读者的热切关注与积极回应,你别说,快报读者头脑风暴起来还真是不容小觑!本期,记者特邀问卷中多次被读者提名的爱去龙虾店家——龙宫大酒店的“龙虾大厨”朱新建先生精彩点评咱快报读者的“创意龙虾”,并评出3名最佳创意奖。获奖读者将获得价值一百元的元祖蛋糕券哦!  
快报记者 彭凌梅

### 一、泡菜龙虾(获奖)

我个人比较喜欢吃韩国泡菜,比如酸萝卜、辣包菜和白菜,如果能把龙虾和泡菜放在一起烧出酸甜鲜辣的口味,一定很受女士欢迎!再放些米线、年糕下在里面做主食,口味一定不错呀!

**朱厨点评:**读者的想法很不错!应该是一种类似酸汤的做法吧,让龙虾自身的鲜再融入泡菜的酸甜鲜辣,选虾要注意,最好是青壳龙虾,壳薄黄多肉饱满易入味。

### 二、咸蛋黄龙虾(获奖)

**材料:**龙虾一盘,咸蛋黄4~5个,盐、鸡精、生姜片、葱料酒等其他调味料。

**步骤:**1. 先将龙虾头骨挖掉,去其鳃,将尾巴部分的一条肠子也一并去除;

2. 将洗净的龙虾放进盘子里,洒上盐、鸡精、料酒,少许酱油、葱段、生姜等调味料。然后搅拌均匀,腌制20分钟左右,让味道渗进龙虾的肉里;

3. 将腌制好的龙虾在头部

蘸上生粉,放进油锅里炸。注意油温不可以太高,炸的时间长短由自己控制,等虾壳炸到红色再稍等片刻就可以起锅了;

4. 炸好的龙虾等基本冷却后再放进锅里炸一次。注意不要炸过头,否则前功尽弃;

5. 将适量油进锅加热,然后放进咸蛋黄。蒜末葱段翻炒,把蛋黄捣碎直至蛋黄起泡沫为止,再把炸好的龙虾放进去翻炒,适当加点料酒调味。翻炒几分钟后起锅装盘了。这样,一盘色香味俱全的咸蛋黄龙虾就制作完成了。

**朱厨点评:**读者表述的步骤很专业!跟广式的焗虾相似,在家操作,我还是建议选用青壳龙虾。需要注意的是洗净腌制后可先水煮(虾黄只有在水煮时才会完全凝固),再下油锅高温油炸,但尽量不要重复下油锅,避免过火有异味,也破坏龙虾的营养。

### 三、紫苏爆龙虾(获奖)

**原料:**新鲜龙虾1斤

**配料:**紫苏叶10片,大蒜头4颗,生姜4~5片,香葱3~4

根,色拉油2小勺,米酒4小勺,生抽2小勺,盐1小勺,红辣椒、青菜椒各1个,母鸡汤100ml。

**制作方法:**1.把龙虾用清水洗干净,处理好后沥干水分后放入盆中;

2.蒜头切片,生姜切丝,香葱切段,红辣椒、青菜椒切成菱形;

3.中火加热锅中的油,待油烧至五成热时,爆香姜丝和蒜片,放入弄好的龙虾,红、青菜椒爆炒一小会儿;

4.在锅中放入米酒、生抽、紫苏叶、盐和母鸡汤,大火烧开后,小火闷约20~30分钟;

5.再撒入香葱段翻炒均匀。

**朱厨点评:**读者的想法应该是想做一份鲜美可口的伴汤龙虾,需要注意的是这样的烧法龙虾最好是经高温油炸。



龙宫大酒店

龙宫龙虾 香飘万家 美食一绝 活鱼锅贴

# 龙宫龙虾



快来吃我吧

上市啦



广邀四方客 一品天下鲜



地址:卫岗55号(前线文工团旁) 订餐热线: 84432681 84447777