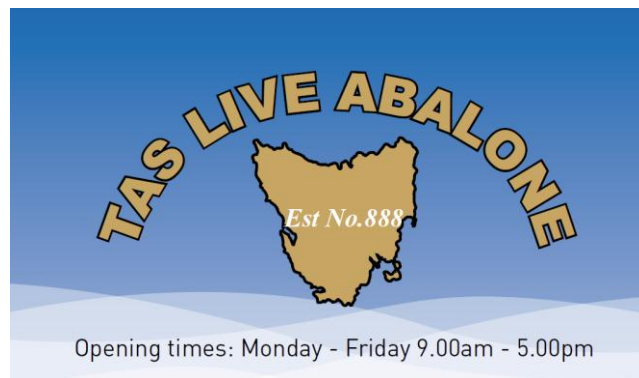


冻鲜或新鲜鲍鱼的简易制作方法

- 将冻鲜鲍鱼解冻后，用力敲打鲍鱼的顶部2至3下，使其肌肉软化。
- 使用大火热锅。
- 加入一茶匙橄榄油，少量蒜泥和大概3茶匙的黄油。（蒜泥和黄油的用量可根据个人喜好添加或删减）
- 将整只鲍鱼放入炒锅中，前后两面各煎1分钟，然后用边炒边切的方法，将鲍鱼切到入口大小为止。最后简单翻炒至金黄色即可出锅。（大概用时为4-6分钟）

17 McIntyre Street,
Mornington,
Tasmania, 7018
塔斯马尼亚·莫宁顿区·麦
金太尔街17号，邮编7018

Ph: +61 03 6245 1744
Fax: +61 03 6245 1766
E: info@tasliveabalone.com.au
W: www.tasliveabalone.com.au

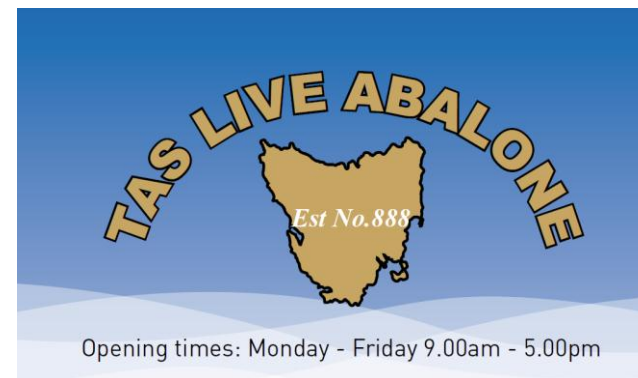


冻鲜或新鲜鲍鱼的简易制作方法

- 将冻鲜鲍鱼解冻后，用力敲打鲍鱼的顶部2至3下，使其肌肉软化。
- 使用大火热锅。
- 加入一茶匙橄榄油，少量蒜泥和大概3茶匙的黄油。（蒜泥和黄油的用量可根据个人喜好添加或删减）
- 将整只鲍鱼放入炒锅中，前后两面各煎1分钟，然后用边炒边切的方法，将鲍鱼切到入口大小为好。最后翻炒至金黄色即可出锅。（大概用时为4-6分钟）

17 McIntyre Street,
Mornington,
Tasmania, 7018
塔斯马尼亚·莫宁顿区·麦
金太尔街17号，邮编7018

Ph: +61 03 6245 1744
Fax: +61 03 6245 1766
E: info@tasliveabalone.com.au
W: www.tasliveabalone.com.au



冻鲜或新鲜鲍鱼的简易制作方法

- 将冻鲜鲍鱼解冻后，用力敲打鲍鱼的顶部2至3下，使其肌肉软化。
- 使用大火热锅。
- 加入一茶匙橄榄油，少量蒜泥和大概3茶匙的黄油。（蒜泥和黄油的用量可根据个人喜好添加或删减）
- 将整只鲍鱼放入炒锅中，前后两面各煎1分钟，然后用边炒边切的方法，将鲍鱼切到入口大小为好。最后翻炒至金黄色即可出锅。（大概用时为4-6分钟）

17 McIntyre Street,
Mornington,
Tasmania, 7018
塔斯马尼亚·莫宁顿区·麦
金太尔街17号，邮编7018

Ph: +61 03 6245 1744
Fax: +61 03 6245 1766
E: info@tasliveabalone.com.au
W: www.tasliveabalone.com.au