

湖北菜介绍 07：荆沙甲鱼



荆沙甲鱼是湖北荆州的一道传统名菜，是以取之于洞庭湖的野生龟为主料，经精心烹制而成的，在外地的名声可是非常的有名气，是湖北特色菜之一。荆州龟这道菜源远流长，战国末年，《楚辞·大招》中开列的宴席单，列有较多的水鲜菜式，其中尤以荆沙龟最具风味。荆州甲鱼咸鲜浓醇、滑嫩爽口，野生鳖肉中，含有多种特殊长寿因子和活性免疫物质，可增强人体免疫力，被人们称为大补元气的滋补营养佳品。荆州甲鱼多以红烧为主，食用时放入火锅中，加千张等配料，边吃边煮，人间美味。荆沙甲鱼被湖北省商务厅评选为“十大楚菜名菜”，更是被中国烹饪协会评为“中国菜之湖北十大经典名菜”。