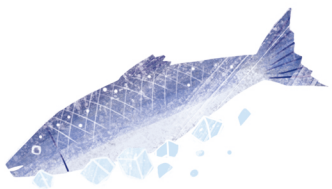


3. 如何选购鲜鱼和其他海鲜产品？

目前市场上常见的海鲜以鱼、虾、蟹、贝类为主，选购时有不同的技巧。



选购活鱼时，鱼体应游动有力、活力足，没有翻肚上浮，可通过“一看二嗅三摸”识别。一看鱼体，应有正常光泽，体表完整，体型匀称；鲜鱼鱼眼应明亮无浑浊，鳃丝清晰呈鲜红色，鱼在水中活动速度快、频率高；二嗅气味，不应有腥臭或腐败味；三摸鱼身，新鲜的鱼，手指按压不凹陷，肉质紧实有弹性，鱼鳞不易脱落。



选购冰鲜鱼时需注意其新鲜度，主要特征是鱼体完整（鱼头未掉落、肛门完整无裂，外形紧缩，颜色正常）、肌肉有弹性或伴少许僵直、眼球饱满透明、鳃丝鲜红、气味正常。

选择蟹类时，可通过“一活、二辨、三看、四掂”进行辨别。一活，即只选活蟹（加工调味醉蟹及冷冻帝王蟹、雪蟹等除外）；二辨雌雄，尖脐的是公蟹，圆脐的是母蟹；三看外观，新鲜的蟹其外壳坚硬完整、有光泽，纹理清晰，蟹腿齐全且与躯体连接紧密，活力旺盛，仰置后能迅速翻身；四掂重量，如果几只蟹的个头差不多，分量重的较好。



选择贝类时，可通过“一看、二触、三嗅、四听”进行辨别。一看外形，选择大小均匀、外壳颜色较一致且有光泽的；二触肢体，贝类暂养在水中时，体内一部分会露在壳外面，受到触摸马上就闭紧贝壳或缩回体内；三嗅气味，新鲜的贝类应有鲜味，如发腥或有异味则不新鲜；四听声音，拿着贝类轻轻摇晃，如果听到啪啪声说明可能是空壳或有沙子。



在选择虾类时，可通过一分、二看、三嗅进行辨别。一分死活，活虾和鲜冻虾的挑选是有区别的；二看形态和颜色，活虾应选择活力旺盛、体表颜色正常、无白色斑点的，鲜冻虾应挑选虾壳新鲜透亮、虾头与身体紧密相连、虾体蜷缩、有一定弯曲度的，如果虾的头部发黑、浑浊或者虾壳脱水风化变黄、发白则说明虾已不新鲜；三嗅气味，不论是活虾还是鲜冻虾，都不应有异味。

