

一片薄麵團將碎肉和蔬菜餡料包裹後成為我們熟知的水餃，水餃烹煮方法簡單，又能快速上桌的美食，但你真的知道該如何煮水餃嗎？近日有網友分享，在烹煮的過程中發現，內餡還沒煮熟，麵皮就已經煮爛、煮破了。這樣煮出來的水餃，不但難看、難吃，而且衛生堪虞。

水餃皮軟爛不堪，每顆水餃皆破裂，特別影響食用美感，那如何煮才是最正確的呢？為什麼煮水餃時會造成水餃皮軟爛？

煮水餃專家為我們解答，水溫超過八十度 C 會造成外皮過度糊化，這時後皮就會爛掉，就像煮麵一樣會變成一坨，但是中間的豬肉餡還沒熟。那我們該如何解決此問題呢？專家提出了兩種回答，其實煮的水餃有分兩種水餃，分別是冷凍水餃跟生鮮水餃，可將冷凍水餃視同冰塊，若放熱水煮容易煮不透，因此正確的烹煮方式是先解凍再冷水下鍋轉小火慢滾，維持大約 70-75 度，讓它膨潤，藉此鍋內的溫度會慢慢讓豬肉餡到達 62 度以上，不會太熱導致肉柴掉；而生鮮水餃烹煮方式則是將冷水煮滾再下水餃，等水餃浮起後加冷水，等水煮滾後再次加入冷水，此動作重複三次即可撈出食用，加冷水的原因為了避免皮煮得太軟爛、內餡卻還是生的，專家才會提出要加三次冷水來回滾的方法，否則皮不但可能軟爛難吃，甚至很容易煮破，照著上面兩種方法，大家都可以煮出口感極佳的水餃。