

魚翅

功效：

魚翅含有豐富的蛋白質，磷，鐵等成份，能增強骨骼功能，預防骨質疏鬆

產地： 南非、中東、美洲等多個不同地方

浸發過程：

1. 將魚翅用冷水浸約五小時（魚翅會發大）
2. 然後放魚翅及薑、蔥、或檸檬一個入沸水滾二十分鐘以除腥味（即出水）
3. 熄火後，焗約三小時，取出洗淨（魚翅會縮細）
4. 之後換清水浸二小時，即發好可備用

如屬較小的魚翅，浸水過程可縮短至半小時。如屬較大的魚翅，重複上述步驟 2 及 3 一至二次，直至魚翅夠脆。（薑、蔥或檸檬一個可於最後一次煲時才放）

食法：

一般做法是用老雞、瘦肉、雲腿、味料和上湯，與已浸發好的魚翅一同煲制

分類：

- | | | |
|---------|---|-----------------------------------|
| 按部位劃分 | — | 如勾翅：取自尾鰭，翅針粗長而密；
脊翅：取自背鰭，翅針較短等 |
| 按鯊魚品種劃分 | — | 如天九翅、海虎翅、牙揀翅等 |