

豆腐要煮多久才熟

豆腐要煮多久才熟

豆腐要煮8-10分钟左右才熟。豆腐质地细嫩、口感顺滑，其中含有大量的维生素、蛋白质、纤维素以及多种矿物质成分物质，营养价值极高，一般煮制8-10分钟左右即可，以免造成营养流失。

豆腐怎么保存：

- 1、将新鲜的豆腐放入冰箱，进行低温冷藏保存，存放时间不宜太长，两天左右即可。想再保存久点的，可以将豆腐浸入盐水后再放入冰箱冷藏，可延长保质时间。
- 2、可以将豆腐放入冷冻层，变成冻豆腐，要用的时候取出用流水冲洗化冻即可。这样可以保存很久，但是会让豆腐变得比较硬。
- 3、将豆腐泡在盐水里，放在阴凉通风处，每天勤换盐水，可以减少微生物滋生，在夏天最少可以存放两天时间，冬天最少可以放三四天时间。
- 4、将豆腐用35%的盐水煮20分钟左右后捞出晾凉，放进事先烫洗过的可以完全密封的坛子里，密封起来，放在阴凉通风处保存即可，可以保存十来天。