

類別	產品名稱	解凍方式	使用說明
生凍類	生凍龍蝦 龍蝦尾	視大小流水解凍 15~30 分鐘	清蒸 15 分鐘或切塊煮火鍋。
	生食干貝	置於鐵盤，常溫自然解凍到變軟，勿讓干貝碰到水。	解凍後可直接生食或用平底鍋抹薄薄一層奶油香煎，兩面煎至金黃色後即可食用，亦可加入火鍋煮食。
	南美貝	常溫自然解凍	解凍後以肉錘敲打，切成大塊後煲湯，或加醬汁小火燉滷 30-60 分鐘後切小塊或切片食用。
	半殼扇貝	置於鐵盤，常溫自然解凍到變軟。	解凍後蒸蒜蓉、炭烤、焗烤、鐵板燒。
	生蠔清肉	不需解凍	熟食用，可直接水煮、油煎、裹粉油炸。
	天使紅蝦	常溫自然解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>可乾煎、油炸或燒烤。</li> <li>屬深海生食蝦類，肉質較軟，不建議清蒸或水煮。</li> </ul>
	天使紅蝦仁	常溫自然解凍	解凍即可食，可乾煎或熱炒食用。
	軟殼蟹	常溫自然解凍	解凍後將螃蟹的水份瀝乾，裹粉後以 170 度的油溫炸到熟。
	鮭魚片	拆封後置於鐵盤上，於冰箱冷藏解凍。	油煎、鐵板燒、燒烤、煮味噌湯。
	鱈魚菲力 大比目魚片		油煎、清蒸、紅燒、裹薄粉酥炸。
	土魷魚片		油煎、紅燒、煮羹湯、酥炸、味噌。
	鯰魚片		解凍後裹粉油炸、油煎、蔥蒜蒸、紅燒、煮味噌魚湯。
青甘魚下巴	解凍後抹鹽燒烤、醬燒、清蒸。		
香魚	解凍後洗淨擦乾，用竹籤串入魚身呈 W 形，抹薄鹽靜置 5 分鐘，烤箱預熱 200 度，放入烤箱烤 15~20 分鐘，亦可做日式甘露煮。		
熟凍類	熟凍龍蝦	常溫自然解凍	稍微川燙後即可食用或直接切塊煮火鍋。
	熟凍霸王蟹 熟凍紅蟳	常溫自然解凍	熱水煮開後熄火，將螃蟹放入靜置悶熱 30 分鐘，取出滴乾即可食用。
	熟凍帝王蟹腳	常溫自然解凍	稍微蒸熱後即可食用或直接煮火鍋。
	熟凍干貝	常溫自然解凍	解凍後即可食用，可用鐵板燒、熱炒、油炸或煮火鍋皆宜
	熟凍全殼淡菜	常溫自然解凍	因貝殼內含有天然海水，建議解凍後酌量加水稀釋鹹度。 <ul style="list-style-type: none"> <li>冷盤：解凍後直接食用。</li> <li>微波：解凍後加水以微波容器盛裝，微波 2 分鐘後食用。</li> <li>煮湯：鍋內加水煮開，倒入解凍後的淡菜及湯汁，加熱 2 分鐘後食用。</li> <li>義大利麵、燉飯、燉菜、熱炒：解凍後加水稀釋後加入配料拌炒或燉煮。</li> </ul>
	岩見鮑魚	常溫自然解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>解凍後稍微川燙，可蒸蒜蓉或把鮑魚肉取出燉煮。</li> <li>內臟可食用，但腥味較重，可自行斟酌拿掉。</li> </ul>

類別	產品名稱	解凍方式	使用說明
前菜點心類	銅鑼燒	常溫自然解凍	解凍後直接食用或不解凍直接食用更冰涼好吃。
	鮭魚卵		解凍後直接食用。
	芥末章魚(生/熟)		解凍後直接食用，可用於沙拉、軍艦壽司，搭配涼豆腐食用風味更佳。
	麻辣鮮蛤		解凍後直接食用。
	龍蝦沙拉		解凍後直接食用。
壽司片類	熟凍調味星鰻片	常溫自然解凍	解凍後即可直接食用，或抹醬炙燒食用。
	熟凍章魚片	常溫自然解凍	解凍後即可直接食用。
	泥信/櫻花板前	常溫自然解凍	解凍後即可直接食用。
	箭齒鰈魚鱈邊肉	常溫自然解凍	解凍後炙燒食用。
調理類	海鮮捲	不需解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>油炸：無需解凍，以熱油酥炸 4~6 分鐘，表面呈金黃色即可食用。</li> <li>烘烤：無需解凍，放入烤箱，約 200 度烤 10~15 分鐘，表面呈金黃色即可食用。</li> <li>氣炸鍋：預熱 180 度，海鮮捲噴油後放入鍋中炸 10~15 分鐘即可食用。</li> </ul>
	貝寶花枝蝦排 一口花枝蝦排	不需解凍	以熱油炸 4~5 分鐘，表面呈金黃色即可食用。
	裹粉生蠔肉 裹粉竹筴魚	常溫自然解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>以油溫 170°C 之熱油炸 4~5 分鐘，炸至表面呈金黃色即可。</li> <li>氣炸鍋 150°C 預熱 5 分鐘，以 180°C 炸 8 分鐘，打開氣炸鍋翻面，再炸 5 分鐘即可食用。</li> </ul>
	可樂餅	不需解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>以油溫 180°C 之熱油炸 3 分 30 秒，炸至表面呈金黃色即可。</li> <li>氣炸鍋預熱，以 180°C 炸 15 分鐘即可食用。</li> </ul>
	章魚燒	不需解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>以油溫 170°C 之熱油炸 4 分鐘，炸至表面呈金黃色即可食用。</li> <li>氣炸鍋預熱，以 180°C 炸 7~8 分鐘，再以 200°C 炸 2~3 分鐘即可食用。</li> </ul>
	太鼓判烏龍麵 太鼓判拉麵 手延勝烏龍麵	不需解凍	直接將冷凍熟麵放入熱滾水中攪拌至麵團散開(烏龍麵 50 秒、拉麵 30 秒)，撈出即可使用，放入冰水一分鐘後取出更彈牙，冷熱食用皆宜。
	厚燒玉子 (日式煎蛋捲)	不需解凍	真空袋不用拆封，熱水煮開後熄火，將厚燒玉子放入靜置悶熱 20 分鐘，取出拆封後即可食用。
豬肉類	梅花肉	常溫自然解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>厚切：燒烤、鐵板燒</li> <li>薄切：煮火鍋、壽喜燒</li> <li>切丁：中式熱炒</li> </ul>
	雪花松阪肉		乾煎、水煮、汆燙切片、麻油料理。
	肋眼上蓋肉		薄切煮火鍋、燒烤、中式熱炒。
	松阪肉		椒鹽鐵板燒、串燒烤肉、汆燙切片蒜泥白肉、蔥爆熱炒。
	法式小戰斧豬排		裹粉油炸、滷煮。
	肋條肉		日式燒烤、中式燉滷。
	豬腹松阪肉		薄切火鍋肉、鐵板燒、蔥爆。
	火腿切片		拆開內袋包裝，靜置於室溫 30 分鐘後即可食用，可搭配紅酒、生菜沙拉、哈密瓜、堅果、夾吐司。

★注意事項：

1. 海鮮水產品的保存溫度須低於零下 18 度，一般家用冰箱冷凍庫之冷度約零下 5~10 度，食物保存期限會縮短，故產品買回家後請於一周內食用完畢，不宜存放超過一個月，請勿重複解凍，以確保產品之鮮度、風味與品質。
2. 解凍及烹調時間依產品大小不同彈性調整，流水解凍要用冷水，勿用溫熱水。