

# 西葫芦是什么菜

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/242c4c3493e8c478275d6fd10073cbdc.html>

范文网，为你加油喝彩！

## 西葫芦是什么菜

西葫芦是一种长在藤蔓上的果实，属于葫芦科南瓜属，西葫芦在北方经常又被叫做菜瓜、小瓜、美洲南瓜等，是夏季生长出来的菜，一般会在九月中旬上市，中垂线在全国各地种植范围非常广泛，主要产地有河北、山东、东北等地区。

## 西葫芦是什么样子

西葫芦生长在粗壮的藤蔓之上，其体型在十五到二十厘米左右，果实的颜色为青绿色，其间生有白色的斑点，瓜体的尾部长有淡黄色的花朵。

## 西葫芦做法

### 1、清炒

西葫芦清炒的时候，一般会搭配干辣椒，将锅烧热和倒入凉油，随后放入切好的干辣椒爆香，炒出辣味后放入西葫芦翻炒，适量加一些水分，水蒸发掉之后就炒好了。

### 2、炒海米

西葫芦炒海米也是家中经常吃到的，先将泡发的海米用油炒一下，海米金黄之后，放入西葫芦翻炒，出锅前放入一些葱花碎就可以了。

## 西葫芦的功效与作用

西葫芦对人的身体很有好处，尤其是糖尿病人最原谅我歌词佳，其可以促进胰岛素的产生，达到降低血糖的效果，并且在夏天食用的时候可以清热解暑。

更多 作文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发