第一图书网, tushu007.com

<<懒人爱吃辣>>

图书基本信息

书名：<<懒人爱吃辣>>

13位ISBN编号：9787122133762

10位ISBN编号：7122133761

出版时间：2012-4

出版时间：化学工业出版社

作者：董书山 编

页数：100

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

内容概要

为“懒人”设计的“菜谱”追求的就是懒人喜欢的快捷而美味原则：原料好买、操作简单、技术含量低，同时满足懒人的馋嘴需要，并且营养丰富，有益身体健康。
本书就是本着这一原则：简单实用、操作性强，同时所有的菜肴都是你所喜欢的“辣”。
在您觉得胃口不佳的时候，这本书能成为您最得力的美食顾问，成为您生活中的好帮手！
特别赠送精美VCD光盘，为您演示厨艺入门绝招。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

董书山

青岛酒店管理学院副教授，高级烹调技师，中国烹饪大师，中国鲁菜特级烹饪大师，青岛市饮食营养专家，青岛市餐饮经营管理大师。

现任国家烹饪大赛评委，青岛市饮食文化研究会名誉会长，曾主编《烹调艺术》、《鱼味飘香》、《家常菜大全》等餐饮类图书，深受读者好评。

第一图书网, tushu007.com

<<懒人爱吃辣>>

书籍目录

怪味鸡?
夫妻肺片?
干煸四季豆?
回锅肉?
毛血旺?
酸菜鱼?
水煮牛肉?
鱼香肉丝?
麻婆豆腐?
剁椒鱼头?
麻辣小龙虾?
蚂蚁上树?
辣子田螺?
宫保鸡丁?
锅巴肉片?
爆鸭舌?
自贡粑粑肉?
水煮鱼?
香酥肥鸭?
棒棒鸡?
鸡豆花?
鱼香茄花?
泡椒脆螺?
辣子鸡?
家常海参?
火爆腰花?
泡凤爪?
饼卷小牛肉?
魔芋鸭肠?
太安鱼?
口水鸡?
干煸肥肠?
板栗红烧肉?
干煸土豆丝?
开水白菜?
脆皮乳鸽?
水煮肉片?
醪糟红烧肉?
卵石腰片?
鱼香排骨?
糖醋鱼?
鱼香茄子?
麻辣鱼块?
醉虾?
肝腰合炒?

盐煎肉?
青椒肉丝?
香烤排骨?
咸烧白?
竹筒鸡?
花生煨猪手?
雪花鸡淖?
香水鱼?
东坡肘子?
香辣鸭掌?
糯米排骨?
麻辣鱼头?
金沙玉米虾?
烤鱼?
香辣蟹?
番茄鱼片?
红烧鸭舌?
古法烤桂鱼?
霸王辣子鸡?
藿香鱼头?
乌江鱼?
萝卜干炒腊肉?
红烧牛肉?
夹沙肉?
板栗烧鸡?
葱酥鲫鱼?
泡椒脆肠?
干煸牛肉丝?
家常豆腐?
七星芝麻鸡?
沸腾鱼片?
青椒鸡?
纸包豆腐?
糖醋里脊?
飘香嫩牛柳?
麻辣全鱼?
芋儿鸡?
金沙玉米?
蒸桂鱼?
红油牛百叶?
干煸鱿鱼丝?
歌乐山辣子鸡?
铁板牛肉?
豆腐烧牛肉?
辣子脆肠?
东坡肉?
荞凉粉?

第一图书网, tushu007.com

啤酒鸭?
邮亭鲫鱼?
宜宾肥肠汤?
干锅肥肠?
肥肠鱼?
锅巴虾仁?
豆花鱼?
辣子酱爆肉?

章节摘录

版权页： 插图： 怪味鸡 原料 鸡胸脯肉500克，葱、姜、酱油、味精、糖、料酒、盐、红油、麻油、醋、花椒粉各适量。
做法 1 将鸡胸脯肉用料酒、盐腌渍。
2 将鸡胸脯肉上屉蒸12分钟，取出晾凉，切片，码入盘内。
3 将蒸鸡的汤汁过滤，加入葱、姜、酱油、味精、糖、红油、麻油、醋、花椒粉拌匀，淋在鸡肉上即可。
夫妻肺片 原料 牛肉、牛杂（心、舌、肚）、盐炒花生仁各100克，老卤水、酱油、芝麻粉、花椒粉、味精、八角、花椒、肉桂、盐、白酒、辣椒油各适量。
做法 1 将牛肉、牛杂洗净，切成大块，放入锅内加老卤水、料包（八角、肉桂、花椒）、盐、白酒煮透，捞出晾凉。
2 将晾凉的牛肉、牛杂切成薄片，花生仁剁碎。
3 将味精、辣椒油、酱油、花椒粉在碗内调成汁，放入牛肉、牛杂拌匀，撒上芝麻粉和花生仁，装盘即成。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com