第一图书网, tushu007.com

<<10分钟快手烹炒>>

图书基本信息

书名：<<10分钟快手烹炒>>

13位ISBN编号：9787534450129

10位ISBN编号：7534450128

出版时间：2012-10

出版时间：江苏美术出版社

作者：高桂兰

页数：125

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

<<10分钟快手烹炒>>

内容概要

为增加下班后的休闲时间，你是不是也常常在外面解决吃饭问题？
然而，家庭的温馨有些时候正是来自餐桌美食的同享。
因此，有效缩短烹炒时间，让家人一同在晚餐时间分享每天的幸福点滴，便是对你的一大挑战。
本书就是要提供这样轻便省时的方法，基于做法简单易学、食材采买经济方便两大料理原则，收录快速、简便、美味的150道菜品，包括凉拌菜、热炒菜及汤锅料理，绝对能够带领你充满信心地踏入厨房，解决没有充裕时间下厨的烦恼，让你在忙碌之中也能照顾好家人。

作者简介

高桂兰：喜欢烹饪，经常专研各种料理，竟无师自通，更变化出千种菜色，因为想和大家分享好吃的菜肴，曾经经营如意草堂餐厅，目前为芬兰家厨小馆的掌厨老板娘。

<<10分钟快手烹炒>>

书籍目录

004 料理基本功1
刀法与切工
005 料理基本功2
计量方法
006 料理基本功3
火候与油温
007 料理基本功4
烹调前处理
008 料理基本功5
目测100 克的蔬菜分量
Chapter 1健康绿青蔬
011 五香花生
011 黑椒毛豆荚
012 酱辣笋丝
012 广式泡菜
013 韩式泡菜
013 辣味萝卜条
014 蚝油金针菇
014 凉拌苦瓜
015 香辣菜心
017 酸渍莲藕
017 梅菜烤麸
017 糖醋辣圆白菜
018 扁鱼白菜
018 开阳白菜
019 干烧南瓜
019 素炒芋泥
021 醋溜土豆
021 肉末茄子
021 如意八宝菜
023 芦笋鲍鱼菇
023 翡翠笋片
023 白果炒山药
024 芦笋三素
024 炒三冬
025 炒素鳝
025 素三鲜
027 素炒海茸
027 素炒牛蒡
028 素烩狮子头
029 烤三菇
031 总烩双菇
031 玉莲素卷
031 味噌箭笋
厨房教室 第1 课买存蔬菜

第一图书网, tushu007.com

Chapter 2 营养豆腐蛋
干贝蒸蛋
手工蛋饺
圆白菜蛋
番茄炒蛋
三色蛋
苦瓜咸蛋
麻婆百叶
虎皮烧
蒜香豆干
红烧豆腐
麻婆豆腐
豆干小鱼
豆干肉丝
红糟素肉
香菇素肉燥
冬菇面筋
酸菜炒面肠
厨房教室 第2 课买存豆腐蛋
Chapter 3海中鲜美味
??????
Chapter 4热炒肉料理
??????
厨房教室第4课料理鲜肉
Chapter 5温暖热汤锅
??????
厨房教室第5课 熬煮高汤
附录：剩菜变化二次料理

章节摘录

插图：

编辑推荐

第一图书网, tushu007.com

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