

<<小炒王>>

图书基本信息

书名：<<小炒王>>

13位ISBN编号：9787535649812

10位ISBN编号：7535649815

出版时间：2012-10

出版时间：湖南美术出版社

作者：陈志田

页数：383

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>

## <<小炒王>>

### 内容概要

小炒王中王，美味又健康，最好吃、最下饭的小炒就在你家。

传承中华美食厨艺精髓，精心挑选最受国人喜爱的下饭小炒，百样荟萃，风味独特，挑逗味蕾，让人陶醉。

拥有小炒王，让全家天天都有好口福。

17道清爽素小炒+3道美味畜肉与禽蛋+13鲜香炒水产，6道招牌热炒超值精选，万千调料汇，滋味各不同，国际烹饪大师传授地道厨艺，呈现烹饪绝活，食材巧处理，营养全解析，教你将菜肴快速炒熟又让滋味更美、更鲜的方法，超精准配料、超完整做法，让您动手做出一道道喷香美食，指导你一次就成功。

超精美板式，让下厨变得

## <<小炒王>>

### 作者简介

陈志田，国际烹饪艺术大师、中华名厨、国家高级烹调技师、国家高级营养配餐师、中国饭店业金牌大厨、亚洲蓝带白金五星级勋章。

1977年生于河北省承德市丰宁县的中医世家，学历经济管理本科，现任北京名人美食保健协会理事，首都保健美食学会特约理事，荣获建国60周年酒店职业经理人国际精英论坛精英新锐大奖，担任第二届全国乡土菜大赛副秘书长，第二届搜厨国际烹饪大赛评委，中国饭店协会采购专业委员会评委，事迹录入《中国当代名厨》大师篇。

擅长官府保健菜，师承“唐朝药王”孙思邈第48代传人——孙耀祖先生，凭借多年的烹饪经验，将中医、官府菜、融合菜三者有机结合为保健菜系，倡导“以自然之道养自然之身”的健康理念，在我国美食界享有盛誉。

<<小炒王>>

书籍目录

序言  
美味湘菜  
畜肉  
水产  
素菜

## &lt;&lt;小炒王&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 插图： 香炒西芹百合 原材料 西芹300克，姜粒、鲜百合、葱粒各5克 调味料 鲜汤200克，盐3克，淀粉15克，香油10克 做法1.西芹刨去皮和老筋，切菱形片。

2.鲜百合择成片洗净，入沸水焯烫后。

油烧热，炒香姜葱，加入鲜汤，放入西芹、百合，调入盐烧入味至熟，用淀粉勾芡，淋上香油即可。

双菌烩丝瓜 原材料 滑子菇、平菇各200克，丝瓜300克 调味料 青椒15克，盐3克，鸡精1克 做法1.丝瓜去皮，洗净，斜切成段；滑子菇去蒂，洗净，焯水后捞出；平菇去蒂，洗净，撕成片；青椒洗净，斜切成片。

2.炒锅倒油烧至六成热时，放入丝瓜煸炒2分钟后，倒入滑子菇、平菇、青椒片快炒翻匀。

3.加盐、鸡精调味，出锅即可。

鸡油丝瓜 原材料 鸡油20克，丝瓜100克 调味料：盐3克，香油10克，味精5克，红辣椒20克 做法 1.丝瓜去皮，洗净，切成滚刀块，用温水焯过后晾干备用；红辣椒洗净，切成片。

2.锅置于火上，注入鸡油烧热后，放入丝瓜、红辣椒翻炒，再调入剩余调料炒匀即可。

<<小炒王>>

编辑推荐

《小炒王》编辑推荐：爽快！  
名厨快手小炒菜600道，清爽素小炒+美味炒肉荤+鲜美炒水产。  
600道招牌炒菜闪亮出锅，花样做小炒，色香味俱全。

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>