

<<粤吃越有味·鲜美篇>>

图书基本信息

书名：<<粤吃越有味·鲜美篇>>

13位ISBN编号：9787535760784

10位ISBN编号：7535760783

出版时间：2010-4

出版时间：湖南科技出版社

作者：彩膳厨房生活小组 编

页数：93

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>

## <<粤吃越有味·鲜美篇>>

### 前言

粤菜源远流长，历史悠久。

早在战国时期，就有南方人吃蛇的记载。

西汉人刘安编著的《淮南子》，也说“越人得蚺蛇以为上肴”，可见广东人以蛇入食已有两千年以上的历史。

南宋人的《岭外代答》还有粤人“不问鸟兽虫蛇，无不食之”的夸张描写、宋末，皇室南迁，众多御厨和官府厨师云集于粤，南北技艺交会融合。

明清之后，广东对外交往频繁，市井日益繁荣，带动了饮食服务作为一个商业行业发展起来，为粤式饮食特别是粤菜的成长提供了一个非常重要的条件和场所，发展至今，粤菜以特有的菜式和韵味，独树一帜，在国内外享有盛誉。

广东地处亚热带，濒临南海，四季常青，物产丰富，可供食用的动物、植物，无所不有，蔬果时鲜，四时不同，这给粤菜烹饪提供了丰厚的物质基础。

粤菜取材广泛，菜式丰富。

它用料广博奇杂，配料多而巧，而且一经厨师妙手，顿时成为美味佳肴、异品奇珍。

粤菜的另一个突出特点是善于融汇别家，博采众长，在模仿中创新，善于变化。

如脍炙人口的松子鱼，即由浙江名菜松鼠鱼演化而来，家喻户晓的咕嚕肉，也源出北方的咕嚕肉。

粤菜的第三大特色是注重质和味，口味比较清淡，可用“清、鲜、嫩、滑、爽、香”六字概括其风味特色，而且随节令变化而不同，夏秋力求清淡，冬春偏重浓郁。

这是粤菜广受欢迎的根本原因。

粤菜追求原料的本味、清鲜味，如活蹦乱跳的海鲜、野味，要即宰即烹，原汁原味。

粤菜调味品种类繁多，遍及酸、甜、苦、辣、咸、鲜。

## <<粤吃越有味·鲜美篇>>

### 内容概要

粤菜鲜爽清淡，味美可口，鲜而不俗，脆嫩不生，油而不腻，成为现代人追捧的健康饮食。学做粤菜，也成了现代人的一种时尚。

本分册介绍了近90款具有鲜香、美味特色的粤菜，并详细介绍了制作每道菜的原料、调料、制作过程、营养知识及烹饪要点，并且公开相关的口味及食材的变化妙招。

书中所选每道菜皆由粤厨名师亲自示范操作过程，以图解的方式展示在您面前，让您轻松地就能学会家常粤菜的制作方法技巧，为自己和家人做出一桌又一桌美味可口、营养健康、丰盛诱人的粤式好菜。

<<粤吃越有味·鲜美篇>>

书籍目录

蚝油鲜草菇香烧黄鱼鲜香炒肉片鲜味蚝豉鲜蒸鹌鹑番茄焖鲫鱼鲜烧双菇生蚝焖面筋香酱焖鲤鱼香烧鲳鱼冬菇蒸水鱼清蒸鲈鱼蒜香蒸大虾鲜鱼片蒸蛋鲜蒸草鱼豉汁蒸鲤鱼姜椒炒田鸡笋尖炒淡菜鲜蚬四季豆上汤金针菇干贝丝瓜鸡蛋炒蚬肉烧鲜味冬瓜鸡片鲜蘑菇鲜酱黄瓜肉丁糖醋带鱼杏仁焖鲤鱼鲫鱼豆腐汤鲜蒸黄鳝清蒸武昌鱼榨菜蒸鲈鱼豆苗炒芙蓉鸡片爆炒螺肉蚝油鸭脚鲜汁焖鲫鱼清鲜蚬子汤美味烩鸡丁豆角炒虾米海带炖豆腐椒盐河虾虾仁胡萝卜虾仁炒雪梨豆腐焖泥鳅海带鸡丝汤紫苏炒石螺豉汁炒蚬子菜胆紫菜蛋汤紫菜肉末汤蟹鲜芥蓝瘦肉清鲜汤瘦肉猴头菇汤鲜焖鳝丝鱼肚番茄汤鲜贝酿黄瓜鸡丝炒金针菇蚬肉番茄汤猴头菇鲜炖鸡汤爆炒蚬子红绿酱焖黄鳝苦瓜丝炒鲜鱿鲜鱿炒韭菜河蚌炒蒜薹猪手丝瓜汤姜丝蒸鲳鱼黄鱼煮菠菜爆炒蛭子辣椒炒螺蒜烧带鱼鲜菇肉片汤海带排骨汤红绿乌鱼块当归生姜羊肉汤鲜蒸黄鱼节瓜黄鳝汤葡萄鱼冬笋炒鳝片玉米鱼鱼头菠菜汤土茯苓脊骨汤鱼片炒番茄鱼丸豆腐汤鲜美鸽子汤附录一：常见食物营养成分表附录二：一周营养配餐

<<粤吃越有味·鲜美篇>>

章节摘录

插图：

<<粤吃越有味·鲜美篇>>

编辑推荐

《粤吃越有味·鲜美篇》：近90道具有鲜香、美味特色的家常粤菜。  
粤厨名师亲自示范操作，图解制作全过程，让你一学就会。  
轻松享受粤味美食，粤吃越有味。  
粤菜精选粤韵盛宴，味道江湖献给2010年亚运会的健康饮食

<<粤吃越有味·鲜美篇>>

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>