第一图书网, tushu007.com

<<无肉不欢>>

图书基本信息

书名：<<无肉不欢>>

13位ISBN编号：9787535772503

10位ISBN编号：7535772501

出版时间：2012-12

出版时间：湖南科技出版社

作者：橘花散里

页数：95

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

内容概要

肉的种类取之有各种，做法也分得细致，王巍编著的《无肉不欢》选取其中最简单和容易上手的炒、烧、炖、煎、蒸等烹饪方式，搭配经典莱式，还有刺激您食欲的“美食记”和温馨实用的“贴食记”，绝对让您在品味美食之余，不仅能分享到可引起共鸣的美食体验，更能为您成为下厨的一把好手提供经验和指导。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

PART 1 炒出温馨家常菜
“炒”的特色、方法等
平常炒出好味道 豆角炒肉
清新肉香家中飘 农家小炒肉
找鱼不如找香 鱼香肉丝
让你泪流满面的美味 洋葱炒肉
在家也点这个菜 自然牛肉
闻名不如见面 四川回锅肉
老“湘食”尖椒炒鸡腿
PART 2 让经典菜烧动起来
“烧”的特色、方法等
天下何人不识君 红烧肉
文人心头一块肉 东坡肉
小资情调，你懂的 糖醋排骨
醉鸭更醉人 啤酒鸭
“渝人”娱己 重庆辣子鸡
一家人都爱 土豆烧牛肉
新式烧法有内容 干锅板栗炒黄鱼
PART 3 营养美味不停炖
“炖”的特色、方法等
如妈妈从不吝啬的关怀 玉米排骨汤
清香宜人减肥餐 普洱茶顿香排骨
最符合现代营养要求 小鸡炖蘑菇
别有一番嚼头 冰糖炖猪蹄
人人都会炖 海带炖筒子骨
冬日里的暖阳 豆腐鱼头汤
东北纯爷们的“性格”菜 猪肉白菜炖粉条
PART 4 煎不断，腻还难
“煎”的特色、方法等
一试难忘的果汁味 柠汁煎软鸭
酥脆口口香 油煎带鱼
猫和你都贪恋的滋味 秋刀鱼
甜蜜二人世界 黑椒蜜糖煎猪排
“香煎”无须太急 香煎鳜鱼
饭桌人气小点缀 香煎球肉条
妈妈的拿手好菜 双椒煎鲫鱼
PART 5 入骨三分 蒸回来
“蒸”的特色、方法等
南瓜先生也爱肉 南瓜蒸肉
轻筷一夹的无穷回味 清蒸黄鱼
馋是一种福气 口水鱼
为好滋味“粉”身碎“骨”粉蒸排骨
港式经典蒸菜 豉汁凤爪
至尊下饭菜 梅干菜扣肉
孩提时的最爱 肉蒸蛋

第一图书网, tushu007.com

PART 6 时尚微波，美食经得住围观
“微波”的特色、方法等
最爱不“膻”情 蒜香烤羊排
10分钟搞定 宫保鸡丁
简单美妙好味道 孜然鸡丁
色香味俱全 黑椒蜜汁鸡腿
精致情趣菜 培根金针菇卷
不吮指怎么过瘾 葱姜盐水虾
吃并快乐着 可乐鸡翅
PART 7 还有留门手艺品肉香
介绍多种烹饪方式
“熘”不走的爽口 熘鱼片
水煮是一种智慧 水煮肉片
烂而不糜，嫩而不韧 黄焖牛肉
下油锅的圆滑派 软炸肉丸子
一家之主的最爱 五香猪蹄
它令客人感觉最周到 白灼虾
火里来，油里去 油爆河虾
PART 8 荤前荤后
四季选择肉食
不同肉类的选择——猪肉
不同肉类的选择——牛肉
不同肉类的选择—— 鸡鸭
不同肉类的选择—— 鱼
不同肉类的选择——虾
解除油腻感的18种食品选择

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