

<<家常小锅炒>>

图书基本信息

书名：<<家常小锅炒>>

13位ISBN编号：9787536464872

10位ISBN编号：7536464878

出版时间：2008-9

出版时间：四川科技出版社

作者：史正良

页数：79

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>

## <<家常小锅炒>>

### 内容概要

炒菜作为应用最广、最基础的烹饪方法，跟我们每天的生活紧密联系在一起。可对于炒菜你了解多少呢？  
你知道如何才能做出美味的炒菜吗？  
你知道不一样的食材炒制时应该注意些什么吗？  
想要成为小炒高手，别着急，赶紧翻开这本书往下看.....

## <<家常小锅炒>>

### 作者简介

炒菜作为应用最广、最基础的烹饪方法，跟我们每天的生活紧密联系在一起。

可对于炒菜你了解多少呢？

你知道如何才能做出美味的炒菜吗？

你知道不一样的食材炒制时应该注意些什么吗？

想要成为小炒高手，别着急，赶紧翻开这本书往下看……

## <<家常小锅炒>>

### 书籍目录

轻松成为小炒高手

炒鲜蔬

清炒苦瓜

泡椒四季豆

醋炒青椒

炒拌天葵尖

炆炒苕尖

素炒野鸡红

韭菜炒香干

炒侧耳根

青椒炒玉米

腐乳炒蚕豆

西红柿炒蛋

清炒芦笋

鲜炒红薯泥

蛋黄炒山药

炒家畜

熬锅肉

京酱肉丝

滑炒猪肝

侧耳炒腰花

青椒肉丁

鱼香牛肉

连皮盐煎肉

川式小炒肉

洋葱炒仔排

鱼香滑脆肉

碎肉炒苦瓜

豆豉腐芹肉

香芹炒耳丝

炒家禽

醋炒鸡柳

爆炒鸡杂

爆炒鹅肠

麻辣炒仔鸡

鲜姜炒鸡丝

魔芋鸭血

银芽鸭丝

木瓜鸡片

干炒鸭掌

尖椒炒鸭舌

沙茶炒鸭丝

清炒鸭胗

锅巴鹅片

宫保鸡丁

<<家常小锅炒>>

炒海鲜河鲜  
芹黄熘鱼  
家常鲶鱼丁  
韭黄炒海肠  
双椒炒带鱼  
干炒鳝丝  
茄丝炒鳝鱼  
香辣泥鳅  
银芽炒蟹丝  
香叶大虾  
清炒鲜鱿  
锅盔鱼片  
泡椒炒海螺  
南瓜炒虾仁  
香菜炒海蜇  
泡豇豆炒黄鱼  
椒盐鲜虾

## &lt;&lt;家常小锅炒&gt;&gt;

## 章节摘录

(2) 滑油时为了防止粘锅,必需用热锅温油。

少量主料一次滑油,大量主料要分次滑油。

(3) 菜肴汁芡的多少应根据主料的多少掌握合当。

3.滑炒菜品的特点是什么?

滑嫩柔软,芡汁紧包。

软炒 7.什么是软炒?

软炒是将液体或茸状原料倒入热油锅内进行推炒成熟的一种方法。

软炒的方法比较独特,技术性较强。

常见菜有软炒鱼茸、炒鲜奶、炒鸡茸菜等。

2.软炒有哪些操作要求?

(1) 炒时锅内放油量适中。

(2) 原料下锅后要急速推炒,发现粘锅现象时,要及时从锅边淋入一些油,推炒成雪花状即可。

3.软炒菜品的特点是什么?

软嫩爽口,色泽洁白。

干炒簿翻 7.什么是干炒?

干炒又称干煸,原料上浆码芡,是先将原料内部水分煸干后再炒的一种方法。

常见菜有干煸牛肉丝、五香肉干、干煸鳝丝等。

2.干煸有哪些操作要求?

(1) 原料一般选用质地细嫩、去皮、无骨、无筋的原料,需加工成细丝、条、末状等。

(2) 原料下锅后要注意火候,要用中火、少量温油久煸,不断翻簸,煸干水汽。

火力太猛原料内部水分来不及蒸发,易导致外焦里不熟;火力弱,原料水分不能尽快蒸发,又容易韧而不酥。

3.干煸菜品的特点是什么?

色泽浓重,质地干香,耐于咀嚼,回味悠长。

7.什么是熟炒?

熟炒就是炒之前先将原料余水断生或煮熟的一种烹饪方法。

常用熟炒技法的菜有回锅香肠、回锅腊肠、回锅肉等。

2.熟炒有哪些操作要求?

(1) 原料先要用水断生或煮熟后,再切成片状。

(2) 原料下锅后要急速快炒,通常不勾芡。

3.熟炒菜品的特点是什么?

色泽红亮或明快,柔香,肥而不腻,味成鲜或微辣。

二做好小炒有诀窍 工欲善其事,必先利其器 目前市面上炒锅的种类很多,形状上大致分为底部为圆弧形或平底两种,圆弧形炒锅油分比较集中,用油量相对较少,翻炒比较方便;平底炒锅用油量比圆弧形炒锅多,最大的好处是方便对食材进行煎的处理和方便较大面积食材的烹制,例如煎饺子和烹鱼。

从材料上来看,炒锅大致分为铁锅、铝锅、不锈钢锅、不粘锅、无烟锅、电炒锅等。这些锅各有利弊,目前家庭使用最多的是价格便宜的铁锅和不锈钢锅,但这两种炒锅清洗起来都比较麻烦,而且费油。

随着生活水平的提高,无烟锅、电炒锅等价格略贵,但使用方便、烹制快捷且具保健功能的炊具会越来越多地走进人们的生活。

掌握火候是关键 火候就是烹制菜肴时所用的火力大小和时间长短。

不管烹制任何食物,只有火候掌握得恰到好处,才能做出色泽漂亮、滋味鲜美、形态美观的菜肴。

火力大小一般可分为大火、中火、小火和微火四种,由于小炒所选用的食材软嫩易熟,所以通常

## <<家常小锅炒>>

采用大火快炒，但干煸却要用小火慢炒。

<<家常小锅炒>>

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>