第一图书网, tushu007.com

<<中国味道：百变米饭>>

图书基本信息

书名：<<中国味道：百变米饭>>

13位ISBN编号：9787538430868

10位ISBN编号：7538430865

出版时间：2005年4月

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾

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

第一图书网, tushu007.com

<<中国味道：百变米饭>>

内容概要

吃饭不一定非要四菜一汤大鱼大肉，这样您会离健美的身材越来越远。
实际上，一盘营养均衡的炒饭、烩饭，再配上一碟小菜或一晚清汤，就足以令自己及家人吃出健康！

米饭的制作方法有煮、焖、蒸、炒、烩等。
要想做好米饭，则先要学会选米。
米的种类虽然不象蔬菜或水果那样繁多，但真正到超市看看，各式各色的米也会令人眼花缭乱。
而家庭中最常用的米，如：大米、黑米、玉米、小米、泰国香米、高粱米等，又由于米的质地不同，性能各异，特色尤显突出。

在本书中，除了各地方的招牌饭品，如；上海的“叉烧酱油炒饭”、广东的“腊肉堡仔饭”、云南的“竹筒鲜虾蒸饭”、北京的“蜜汁八宝饭”、四川的“三椒牛肉饭”、东北的“高粱米水饭”、山西的“坛肉米饭”等，还推介了部分创新菜品，以引导您浮想联翩，构思出自己喜爱的家常美味，如：“香菇蛋炒饭”、“肉末雪菜炒饭”、“滑蛋蟹柳烩饭”、“南瓜百合蒸饭”、“奶香大枣饭”、“果脯地瓜饭”、“麦片焖米饭”……

<<中国味道：百变米饭>>

作者简介

张奔腾，沈阳高登大酒店（四星级）餐饮总监兼行政总厨，中国烹饪大师，饭店与餐饮业国家一级评委，中国烹饪协会理事。
1974年入厨学艺，师从著名烹饪大师刘敬贤，精通辽菜，旁通川、粤、鲁、淮杨等菜系。
参与研制“鹿鸣宴”、“满汉全席精选筵”、“红楼宴”、“速冻家宴”、“迁禧宴”、“大帅府宴”等六十多种佳宴，荣获筵席设计一等奖，得到有关部门多次嘉奖。
创制新派辽菜“红梅鲜蛏”、“清酒炖鲍鱼”、“羔蟹戏双龙”、“杏汁雪蛤炖燕窝”、“猴头扒驼掌”、“牛仔盖炒酸黄瓜”等一百二十余款名菜，深受广大消费者好评。
1992年赴新加坡参加“中国——沈阳烹饪技术”表演，获“辽宁山珍海味天下第一”赞誉；2001年赴台北参加中华美食展，喜获“厨艺超群”金鼎奖杯。
1984年～1992年任沈阳市饮食总公司烹饪技术培训中心厨师进修班教研室主任，先后被评为省、市职业技能培训优秀教师，荣获“沈阳市烹饪状元”、“技术能手”等荣誉称号。
师徒三代为弘扬中华饮食文化做出积极的贡献。

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