

<<生鲜超市家常菜>>

图书基本信息

书名：<<生鲜超市家常菜>>

13位ISBN编号：9787538435047

10位ISBN编号：7538435042

出版时间：2007-8

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾

页数：223

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>

<<生鲜超市家常菜>>

内容概要

中国第一本与超市原料部位细化同步的家常食谱。

《生鲜超市：家常菜》教您认识生鲜超市，掌握采购窍门，了解处理方法，熟练烹饪技能，并针对超市常见的156种细化原料，推荐了548款经济实用，营养健康的家常美食。

您可在每次逛超市之前在书中找出自己想要学做的菜肴再依据食谱所提示的原料品种及用量，列出适当的采购清单，如此进入超市才能有的放矢，精挑细选，把所用的原料买齐，既节省时间、精力又不致超出预算，轻松愉快地在家享受烹饪的乐趣。

<<生鲜超市家常菜>>

作者简介

张奔腾，中国烹饪大师、饭店与餐饮业国家一级评委、中国菜创新研究院研究员。

曾参与和主编《新派辽菜》、《创新东北菜》、《北方家常菜谱》、《酱料五味坊》、《清真美味365》、《65道熏卤酱菜》、《中式烹调师》、《辽东红楼宴》等著作90余部，并在《中国烹饪》、《中国食品》、《餐饮世界》、《东方美食》、《饮食科学》等杂志和报刊上发表论文及创新菜品百余篇。

2001年赴台北中华美食展，获“厨艺超群”金鼎奖杯；2002年11月被国际饭店与餐馆协会和中国饭店协会授予“国际烹饪艺术大师”、“国际美食评委”荣誉称号；2003年成为国际认证行政总厨；2004年获“中国百名行业创新杰出人物金像奖”，被评为“中国饭店优秀职业经理人”；2005年7月被中国领导科学研究院授予“博士学位”；2006年3月被选为中国餐饮业专家。

现任沈阳假日大厦有限公司副总经理兼城市酒楼总经理。

<<生鲜超市家常菜>>

书籍目录

1.蔬菜·食用菌 萝卜 炸萝卜丸子 干贝萝卜汤 萝卜丝拌蜇皮 萝卜丝炒蕨根粉 萝卜猪肉汤 酱萝卜 糖醋辣萝卜丁 萝卜牛肉汤 胡萝卜 巧手赛螃蟹 胡萝卜无花果汤 胡萝卜炒木耳 土豆 炸土豆肉饼 红蘑土豆片 干煸土豆丝 炸土豆丸子 三椒小土豆 芋头 羊排炖芋头 百合煮香芋 蜜汁大枣芋头 山药 山药烩香菇 蛋黄焗山药 莲藕 西式焗莲藕 蜜汁莲藕 糖醋藕片 干炸藕盒 莲藕双豆瘦肉汤 大白菜 香辣白菜条 醋熘白菜 鲜虾瑶柱炖白菜 三鲜扒津白 木耳炒白菜 卷心菜 香辣卷心菜 麻辣卷心菜 干贝卷心菜 卤菜卷 花生仁拌卷心菜 苦苣 生菜 菠菜 芹菜 小白菜 芥蓝 韭菜 韭黄 菜花 茼蒿 黄花菜 茺菜 豌豆苗 西红柿 黄瓜 冬瓜 丝瓜 南瓜 苦瓜 茄子 洋葱 绿豆芽 青椒 尖椒 黄豆芽 蒜薹 豇豆 四季豆 豌豆 茭白 竹笋 芦笋 百合 香菇 平菇 金针菇 猴头菇 口蘑 银耳 木耳 雪里蕻 酸菜

2.猪肉 3.牛羊肉 4.禽蛋 5.水产品 6.豆制品 7.五谷杂粮

<<生鲜超市家常菜>>

章节摘录

插图

<<生鲜超市家常菜>>

编辑推荐

中国第一本与超市原料部位细化同步的家常食谱。

本书教您认识生鲜超市，掌握采购窍门，了解处理方法，熟练烹饪技能，并针对超市常见的156种细化原料，推荐了548款经济实用，营养健康的家常美食。

您可在每次逛超市之前在书中找出自己想要学做的菜肴再依据食谱所提示的原料品种及用量，列出适当的采购清单，如此进入超市才能有的放矢，精挑细选，把所用的原料买齐，既节省时间、精力又不致超出预算，轻松愉快地在家享受烹饪的乐趣。

<<生鲜超市家常菜>>

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>