第一图书网, tushu007.com

<<南北家常菜>>

图书基本信息

书名：<<南北家常菜>>

13位ISBN编号：9787538440225

10位ISBN编号：7538440224

出版时间：2009-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾 主编

页数：335

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

前言

家常菜，顾名思义就是要大众化、实用化、普及化，以满足不同地域美食爱好者日常饮食的需要。
“烹饪的魅力在于以心人味，以手化食，以食悦人，以人悦己。
”本书面向普通家庭，以市场为“风向标”书中既有各地传统风味美食，又有现代创新菜品，淳朴自然，实用广博。
“一书在手，南北通吃”，这是本书的第一大特点。
同样的菜品原料，南北方的做法、口味却不尽相同。
家常菜的适应性、广泛性、生活性为我们提出了新概念——家常菜谱专业化，实现味觉的超越，将简单合理的创意融入时尚美食之中。
针对菜品原料已逐步超市化这一趋势，本书的第二大特点是以国内各大生鲜超市所能提供的llO种细化原料为架构，向读者推荐了1000余款适合不同地域人群食用的家常菜，从单品种原料及细化原料的讲解入手，介绍了每一种原料的饮食功效、烹调应用、烹调提示、实用偏方和饮食安全等相关知识，并根据每种原料的特性，分别推荐6～15款不同地域、不同风味、不同技法的家庭实用菜例。
本书讲解详实，内容丰富，图文并茂，易学易懂，经济实用。
您可按需寻料、按料索菜、按菜选做，方便灵活。
随书附赠“家庭烹饪教室”（含10道菜品）VCD光盘，让你跟随烹饪大师一起轻松学习和演练。
顺应时代、面向大众、不断创新是厨师们始终追求的目标，愿此书能为快节奏牛活中的人们助力，为大家带去欢乐与健康。

内容概要

适合不同地域人群品味的家常菜：中国著名烹饪大师、营养专家，从2万余款菜例中精选的，适宜南北各地家庭习做的家常菜，可满足全家人的口味需求，酸、甜、鲜、香、辣……必有一款适合你！

111种细化原料，1000余款经典菜例：生鲜超市所能提供的分类细化原料，配以营养功效、烹调应用、实用偏方、饮食安全等诸多知识，以及超大容量的家常菜例，使你在日常饮食生活中获得健康和享受！

防油、防湿，附赠菜品演示VCD光盘：塑料护封套装的形式为你解除入厨烹调阅读的忧虑。10道适合南北家庭习作的经典菜例，由中国烹饪大师亲自演示，手把手教，让你的学习更加轻松、愉悦！

本书面向普通家庭，以市场为“风向标”，书中既有各地传统美食，又有现代创新菜品，“一书在手，南北通吃”是本书的一大特点。

本书以国内各大生鲜超市所能提供的110种细化原料为架构，向读者推荐了1000余款适合不同地域人群食用的家常菜，从单品种原料及细化原料的讲解入手，介绍了每一种原料的饮食功效、烹调应用、烹调提示、实用偏方和饮食安全等相关知识，并根据每种原料的特性，分别推荐6～15款不同地域、不同口味、不同技法的家庭常用实用菜例，您可按需寻料、按料索菜、按菜选做，方便实用。

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、中国莱刨新研究院研究员。
1987年起曾参与和主编《中式烹调师》、《新派辽菜》、《创新东北菜》、《北方家常菜谱》、《辽东红楼宴》、《酱料五味坊》、《清真美味365》、《65道熏卤酱菜》、《家常食疗菜典》、《生鲜超市

<<南北家常菜>>

书籍目录

蔬菜食用菌的应用猪牛羊肉的做法鱼虾蟹贝怎样吃鸡鸭鹅肉的烹调豆制品小常识PART 01 蔬菜类 白菜 白菜奶汤 冬菇扒菜心 豆腐烧白菜 辣白菜 蔬菜丝沙拉 大虾炖白菜 白菜扣虾 火腿白菜汤 白菜拌猪头肉 炒白菜三丝 氽丸子白菜 白菜拌虾干 香辣白菜条 醋熘白菜 三鲜扒津白 芹菜 芹香爆虾干 西芹百合炒草莓 大枣芹菜汤 酸辣芹菜 炝芹菜 西芹鸡胗 腰果西芹百合 西芹夏果 海米炝芹菜 奶香芹菜汤 西芹炒百合 西芹炒鲜鱿 香干炒芹菜 西芹百合炒螺片 开阳芹菜 菠菜 炸菠菜 上汤浸菠菜 鲜奶炖烤菠菜盅 虾皮菠菜汤 酥香菠菜 猪肝拌菠菜 油菜 花菇油菜 明珠菜心 咸蛋黄扒油菜 香菇菜心 虾干炒油菜 脯酥油菜心 茼蒿 鸡丝蒿子杆 松仁茼蒿菜 老家拌茼蒿 凉拌茼蒿 蒜蓉炒茼蒿 茼蒿炒肉丝 生菜 生菜扒牛百叶垂 生菜鸡蛋沙拉京 生菜生鱼片 拌生菜 核桃蚝油生菜 清爽生菜包 韭菜 韭黄炒螺蛳肉 韭黄炒鸡蛋 豆筋皮炒韭菜彩 木耳韭黄炒虾丝 韭菜炒鳝丝 四季豆 五彩炒四季豆 蒸芸豆丸子 麻汁豆角 泡椒四季豆 姜汁四季豆 鱼香四季豆 肉末煸四季豆 牛肉豆角 麻酱豆角 金钩四季豆 干煸四季豆 脆皮芸豆 红煨四季豆 豆角炒肉 芸豆焖肉片 ……PART 02 畜肉类PART 03 禽蛋类PART 04 豆制品类PART 05 水产类

章节摘录

插图：

编辑推荐

《南北家常菜》有111种细化原料，1000余款经典菜例：生鲜超市所能提供的分类细化原料，配以营养功效、烹调应用、实用偏方、饮食安全等诸多知识，以及超大容量的家常菜例，使你在日常饮食生活中获得健康和享受！

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