

<<家常煎炸菜>>

图书基本信息

书名：<<家常煎炸菜>>

13位ISBN编号：9787538447569

10位ISBN编号：7538447563

出版时间：2010-8

出版时间：张恩来 吉林科学技术出版社 (2010-08出版)

作者：张恩来 编

页数：159

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>

## &lt;&lt;家常煎炸菜&gt;&gt;

## 前言

每个人都希望拥有健康的身体，以预防和抵御病痛的侵袭，达到健康长寿的目的。而影响人们身体健康的因素有很多，其中最为重要的就是与我们日常生活密不可分的饮食。家常菜谱，顾名思义就是要家常化、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。俗语说：“山珍海味千般好，不及家常日日鲜。”

家常菜是随家而生，随食而存，随吃而在，它所透射出的是家庭厨房的浓郁芬芳，所反映的是家庭生活的情深意长！

随着生活水平的提高，人们的饮食结构发生了很大的变化，对一日三餐的饮食要求也在不断攀升，从以前的简单吃饱到现在的需要吃好，从以前的简单粗做到现在的精制细做，从以前的多多益善到现在的注重营养和健康……为了满足大众对饮食方面不断增长的需求，我们特意为您编写了这套《详步图解版——家常菜》系列丛书。

本套丛书按照家庭常用烹饪技法，分为《家常腌拌菜》《家常熏卤菜》《家常熘炒菜》《家常煎炸菜》《家常蒸煮菜》《家常焖炖菜》《家常烧烩菜》《家常汤煲》《家常主食》共九本。

书中不仅对家庭常用的烹饪技法加以重点讲解，还精选了近300款菜例供您选择习作。

书中所选菜例原料取材容易、操作简便易行、营养搭配合理，每道菜肴不仅配有精美的成品图片，更针对一些重点菜例加以多幅步骤分解图示予以说明，让您能够一目了然、快速掌握，烹调出色香味形俱佳且营养健康的家常美食。

愿此系列图书能成为您饮食方面的好帮手和好参谋，让您在掌握各种家庭美食制作方法的同时，还能够享受到烹饪带来的乐趣。

## <<家常煎炸菜>>

### 内容概要

俗语说：“山珍海味千般好，不及家常日日鲜。

”家常菜是随家而生，随食而存，随吃而在，它所透射出的是家庭厨房的浓郁芬芳，所反映的是家庭生活的情深意长！

本书不仅对家庭常用的烹饪技法加以重点讲解，还精选了近300款菜例供您选择习作。

书中所选菜例原料取材容易、操作简便易行、营养搭配合理，每道菜肴不仅配有精美的成品图片，更是针对一些重点菜例加以多幅步骤分解图示予以说明，让您能够一目了然、快速掌握，烹调出色香味形俱佳且营养健康的家常美食。

## <<家常煎炸菜>>

### 作者简介

张恩来，20世纪80年代正式进入餐饮行业，在多家星级酒店如喜来登大酒店、水晶宫饭店、中华御膳集团工作，并陆续在多家报刊杂志上发表了数十篇关于中国烹饪研究的论文。

1996年在北京成立张恩来美食工作室，对中国的传统烹饪文化进行深入挖掘、整理和研究，并开始出版关于中国烹饪方面的书籍。

2006年回到天津，成立厨艺斋工作室，继续从事中国烹饪文化的研究及培训教研工作，至今已参与和主编烹饪类图书100余种。

## &lt;&lt;家常煎炸菜&gt;&gt;

## 书籍目录

蔬菜食用菌炸藕盒炸菠菜脯椒盐菠菜心酥香菠菜荠菜丸子脯酥油菜心脆皮芸豆炸土豆肉饼松炸西红柿  
 生煎番茄饼番茄蛋卷鲜奶炸柿排海鲜番茄烙锅煽西红柿七彩瓜烙煎冬瓜香麻藕圆家常煎茄青豆牛肉末  
 煎藕饼鸡蓉芦笋条炸青椒盒炸萝卜丸子桂花红薯饼芝麻薯条油果金钱红薯球芝香薯蓉枣麻香土豆条糟  
 煎茭白香麻藕丝香酥鲜菇炸土豆丸子煎土豆饼香炸土豆球青椒煎蛋香煎猪排炸洋葱鲜蔬天妇罗洋葱煎  
 猪肝金针培根卷豉香平菇冬菇煎豆腐煎酿丝瓜凉瓜煎蛋饼香煎藕饼油煎茄片煎慈姑饼怪味蚕豆油酥黄  
 豆脆皮蕨菜卷炸椿头丸子拔丝苹果炸藿香蛋黄藕丸蜂巢炸芋角软炸蒜薹香炸赛梨酒心葫芦南瓜饼畜肉  
 干炸肉段芝麻里脊飘香肉串眉炸梅卷寸金肉脆炸里脊卷萝卜肉煎串肉凤眼里脊菊花肉干炸里脊张猪肉  
 包炸排肉脆浆裹肉芝麻牛排鸳鸯雪花卷粉糖酥肉响铃肉铃铛丸子炸排肉酸辣兔肉软炸羊肉软炸牛脊椒  
 盐排条干炸腰花炸腰穗脆皮炸肠头焦炸象眼蒜香排骨香炸皇咸肉麻香牛肉干炸面包猪排铁扒牛肉炸牛  
 肉酥炸牛肉卷炸茄饼软炸羊里脊牙签羊肉红松羊肉芝麻羊肉焦炸野兔片干炸狗肉软炸里脊条煎焖肉片  
 生煎里脊煎猪排橙煎肉煎焖肉饼腊肉煎鸡蛋干煎牛排中式煎肉泡陈皮牛肉饼脆皮大肠炸板肉炸金钩棒  
 细沙炸肉石榴羊脑枇杷肉香麻腰果油炸响铃禽蛋豆制品蒜香炸子鸡香酥鸡荷包栗子鸡纸包蒜香翅椒麻  
 鸡茶香子鸡金钱鸡卷风味炸鸡翅香蕉鸡椒盐米鸡虎头鸡炸五香鸡腿吉列蒲棒鸡花椒鸡丁焦炸鸡腿麻辣  
 鸡腿炸鸡翅炸五香麻糖锅炸煎凤肝卷菊花鸡脆酥香鸭块桃仁肥鸭酥香鸭脯松子鸭颈雪花鸭肝蒜香鹅翅  
 炸鹌鹑苦瓜煎蛋炸烹乳鸽两色乳鸽串香包拉蛋卷面包桃鸽蛋还原蛋脆皮豆腐香脆炸鸡腐皮三鲜鲜虾腐  
 皮卷罗汉素卷腐皮韭黄卷素烧鸭香菠煎鸡脯香酥鸡翅高汤炖煎蛋柠汁煎鸭脯糖醋煎蛋煎鹌鹑南煎鸭肝  
 桃花鸡腿香煎鸡蛋饼蛋煎牛骨髓煎炒豆腐脆皮乳鸽蛋煎肝膏椒盐鸭舌香炸鸡脯南煎豆腐金丝鸡球酥香  
 豆腐排香炸鸽心串菊花响铃水产干炸带鱼炸芝麻鱼片五香鳊鱼条干炸鱼条芝麻银鱼炸银鱼排酥炸西湖  
 鱼酥炸鲜魷球香脆银鱼银鱼煎饼卷报春三文鱼椒盐三文鱼蒜粉香带鱼香炸银鳕鱼炸芝麻虾排豆皮包鲷  
 鱼鱼包三丝干炸虾枣黄油脆皮虾仁椒盐小黄鱼椒盐大龙虾蛋煎蛎黄炸烹鱼片炸蛎黄雪衣干贝麻辣鱿鱼  
 圈炸鲜贝串软炸鲜贝干煎大虾椒盐墨鱼卷椒盐蛙腿银鱼涨蛋煎红鲑鱼煎转鲳鱼干煎黄花鱼炸墨鱼丸煎  
 蛤蜊蛋饼煎烹连壳蟹蛋煎蛭子煎蛤蜊瘦肉韭香蛤蜊闽南蚝煎酥炸虾段煎蟹盖香酥蚝煎香煎干春鱼煎烹  
 河蟹香煎鲈鱼煎鲜鲍香煎大虾毛豆煎黄鱼炸蒲棒鱼煎烹河虾芝麻香鱼扇炸熠虾丸炸冬菇鱼菊花鲈鱼毛  
 峰香鱼排椰丝灌汤虾球炸烹鲜虾椒盐泥鳅鱿鱼酥皮卷吉利生蚝

<<家常煎炸菜>>

章节摘录

插图：

<<家常煎炸菜>>

编辑推荐

《家常煎炸菜(详步图解版)》：300款精选家常菜600幅步骤分解示意图13亿中国人健康饮食的新选择  
营养美味 / 好学易做 / 一看就会

<<家常煎炸菜>>

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>