第一图书网, tushu007.com

<<精选详解家常菜>>

图书基本信息

书名：<<精选详解家常菜>>

13位ISBN编号：9787538450859

10位ISBN编号：7538450858

出版时间：2012-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：休闲生活编委会

页数：191

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

内容概要

《精选详解菜谱系列：精选详解家常菜》中500道经典家常菜，满足您美味与营养的双重需求。高手厨师多年的经验总结，让您享受烹饪带来的愉悦，书中菜品取材容易，且每道菜品配有2～3个步骤图，让您能够轻松置办一桌美味。

第一图书网, tushu007.com

<<精选详解家常菜>>

书籍目录

蔬菜类
白菜
三鲜扒白菜
扒栗子白菜
糖醋熘白菜木耳
白菜叶汤
豆腐泡白菜汤
土豆
树椒土豆丝
土豆焖蛋
土豆萝卜汤
豆角
猪肉酱焖豆角
酱爆豆角
茄子
风林茄子
甜酱焖茄子
酱焖茄子
糖醋熘茄盒
烧汁茄夹
黄瓜
黄瓜虾仁
清炒黄瓜片
金针菇拌黄瓜
什锦大拌菜
梅干拌黄瓜
脆嫩黄瓜
冬瓜
虾干冬瓜煲
三鲜冬瓜汤
冬瓜八宝汤
南瓜
煎南瓜
水晶虾仁南瓜
蛋黄煸南瓜
丝瓜
金针炒丝瓜
丝瓜粉丝汤
丝瓜蒸干贝
苦瓜
苦瓜炒虾仁
素酿苦瓜
苦瓜炒腊肉
苦瓜炒鸡蛋
清炝苦瓜

芦笋
芦笋小炒
培根芦笋卷
芦笋炒里脊
冬菇炒芦笋
韭黄
韭黄炒猪肚
韭黄炒鳝鱼
莴笋
青笋丝肉丸汤
莴笋海鲜汤
番茄
番茄炒蛋
芥蓝
芥蓝爆双脆
芥蓝烧什菌
葱油芥蓝
榨菜
榨菜鸡蛋汤
榨菜丝汤
榨菜笋丝汤
菠菜
生爆菠菜
火腿拌菠菜
八宝菠菜
尖椒
杭椒炒素菇
酱焖尖椒
空心菜
豆豉银鱼浸空心菜
清炒空心菜
蒜茸空心莱
生菜
生菜素虾
翠玉双菇
茼蒿
黄蚬炒茼蒿
蒜蓉炒茼蒿
荷兰豆
荷兰豆炒白果
干煸荷兰豆
清炒荷兰豆
豌豆
鱼香酥豌豆
炒豌豆夹
西蓝花
蒜蓉西蓝花

肉末蔬菜汤
小白菜
小白菜粉丝汤
小白菜汤
山药
山药炒香菇
山药烩时果
山药润肺汤
韭菜
韭菜炒鸡蛋
韭菜炒虾仁
萝卜
海带萝卜汤
胡萝卜
胡萝卜炒木耳
胡萝卜鲜橙汤
胡萝卜烧里脊
剁椒炝拌三丝
畜肉类
猪肉
传统熘肉段
家常回锅肉
葱爆肉
红烧狮子头
家常锅包肉
木耳炒肉
生炒蒜薹肉
椒雪肉丝
肉末炒粉丝
芝麻肉丝
糖醋里脊
板栗红烧肉
里脊肉炒青椒
烧肉地三鲜
酸菜五花肉汤
清炖狮子头
鲜果咕咾肉
里脊
荠菜炒里脊丝
软炸里脊
滑炒里脊
排骨
炖排骨
红烧排骨
秘制糖醋排骨
香辣小排骨
排骨炖白菜

排骨炖酸菜
泡菜排骨煲
芥菜马蹄炖排骨
金针排骨汤
粟米炖排骨
胡萝卜黄豆煲排骨
蒜味排骨汤
冬瓜炖排骨
哈密瓜红枣煲排骨
排骨萝卜汤
无花果龙骨煲
慈姑排骨汤
……
禽蛋类
水产类
菌豆类
主食类

章节摘录

版权页： 插图： 青笋丝肉丸汤 烹饪技法：汤菜 （材料）鲜莴笋200克，瘦肉150克，生姜10克，葱10克，红萝卜20克冬菇10克，植物油2小匙，精盐、味精各1／2大匙，白糖3／5大匙，鸡精粉1小匙，干生粉适量，熟鸡油1小匙。
制作方法 ①莴笋去皮切成丝，生姜去皮切成片，葱切花，红萝卜切成块，冬菇切片。
②瘦肉用刀剁成肉泥，调入少许精盐、味精、干生粉拌匀，打至起胶汁，做成肉丸待用。
③烧锅下植物油，放入姜，注入清水烧开，下莴笋、冬菇、红萝卜，用中火煮至冬瓜快熟，放入肉丸，煮到肉丸浮起时，调入精盐、味精、白 糖、鸡精粉煮透，淋入熟鸡油，撒上葱花即成。
莴笋海鲜汤 烹饪技法：汤菜 （材料） 莴笋200克，鲜虾6只，水发鱿鱼100克，蚬子80克，精盐、植物油、高汤适量，料酒1大匙，鸡精1／3小匙，葱、姜末各少许。
制作方法 ①莴笋去老皮，切菱形块；水发鱿鱼洗净剞花刀：其他原料洗净待用。
②将鱿鱼、蚬子分别入开水中烫1分钟捞出。
③锅中加入植物油烧热，下入葱、姜略炒，加8杯高汤煮沸，下入莴笋、鲜虾、鱿鱼、蚬子及精盐、料酒、鸡精煮10分钟，待汤汁入味出锅即可。
番茄炒蛋 烹饪技法：炒菜 （材料）番茄2个，鸡蛋3个，精盐、味精、胡椒粉各少许，米醋、绍酒各2小匙，白糖、酱油、水淀粉各1大匙，面粉、香油各3大匙，淀粉2大匙，老汤150克，植物油750克（约耗150克）。
制作方法 ①将番茄洗净，放入开水中焯烫一下，捞出去皮，切成小瓣：鸡蛋磕入碗中，加入淀粉、面粉调拌均匀，制成蛋糊备用。
②植物油烧至八成热，将番茄裹匀蛋糊，依次下油炸成牙黄色，捞出沥油，盛入盘中。
③锅中留少许底油烧热，先添入老汤，再加入酱油、精盐、味精、胡椒粉、绍酒、米醋、白糖调好口味，然后用水淀粉勾芡，淋入香油，出锅浇在番茄上即可。

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