<<家常小炒王(全六册)>>

图书基本信息

书名:<<家常小炒王(全六册)>>

13位ISBN编号:9787545115437

10位ISBN编号: 7545115430

出版时间:2012-4

出版时间:《礼品装家庭必读书》编委会辽海出版社 (2012-04出版)

作者:《礼品装家庭必读书》编委会编

页数:720

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

<<家常小炒王(全六册)>>

前言

前言:"炒"是我国烹制蔬菜最常用的方法之一。

早在北魏时期,已经有了用油烹调菜肴的实例;到了宋朝,酒馆中的炒菜更是招揽客人的绝活儿。 如今,美味可口、别具特色的家常小炒更是国人餐桌上的必备佳肴。

家常小炒之所以受到国人的喜爱,其原因有三:一是工具简单,只需一个炒锅、一把铲子就可轻松搞定;二是材料易得,几乎所有的食材都可以用来"炒"着吃;三是营养美味,色香味俱全的家常小炒,既能保留食材最原始的营养元素,还能让你在最短的时间内一饱口福。

基于此,本书为您推荐了包括清爽时蔬、醇香畜肉、鲜香水产和禽蛋菌豆四大类别、近百种食材的千余道简单、营养更美味的家常小炒菜,还为您特别推荐了春夏秋冬的277道时令小炒,及250道大厨秘炒绝活儿。

这些或家常、或经典的小炒菜肴,均经过营养专家的精心挑选和烹饪大厨的专业指导,富含人体所需要的多种维生素和各种微量元素。

1500多道美味小炒,且每种小炒的成本均不超过20元钱,不但能让您成为真正的"家常小炒王",更让您和您的家人日日吃新品、天天享美味,永远吃不烦、吃不腻!

<<家常小炒王(全六册)>>

内容概要

《礼品装家庭必读书:家常小炒王(套装共6册)》以各种食材原料为主线,提供了涵盖"清爽时蔬、醇香畜肉、鲜香水产、禽蛋菌豆"的千余道各式炒菜,并按照春、夏、秋、冬不同季节为您提供了百余种"时令小炒",让您可以只用"炒"这一种烹饪手法就轻松做出千般美味。

<<家常小炒王(全六册)>>

作者简介

《礼品书家庭必读书》编委会由几十位出版社资深编辑及策划人组成,是一支庞大而经验丰富的团队。 他们在出版行业都有成功的策划经验和扎实的编辑功底,对市场中的图书有很强的把控能力,曾多次成功推出了多套市场销售极佳的丛书,在业界赢得了很好的口碑。

<<家常小炒王(全六册)>>

书籍目录

《家常小炒王1》目录:第一章清爽时蔬叶菜类花菜类根茎类果菜类第二章醇香蓄肉猪肉牛肉羊肉第三章鲜香水产草鱼鲤鱼鲫鱼鳜鱼青鱼黑鱼鳝鱼鱿鱼墨鱼其他鱼肉虾蟹贝类第四章禽蛋菌豆鸡肉鸭肉其他禽肉蛋类蚕豆青豆豌豆豆腐腐竹香干素肉草菇第五章时令小炒春季小炒夏季小炒秋季小炒冬季小炒第六章大厨秘炒清炒香辣炒……《家常小炒王2》《家常小炒王3》《家常小炒王6》

<<家常小炒王(全六册)>>

章节摘录

版权页: 插图: 原料:茭白200克,虾仁150克,青豆、火腿各25克,肥肉50克,蛋清、盐、料酒、水淀粉、干淀粉、清汤、猪油各适量。

做法:1.茭白去皮、根,切条;火腿切丁;虾仁、肥肉切末;青豆焯水。

- 2.碗中放入虾仁、肥肉、蛋清、料酒、盐、于淀粉,搅拌,加火腿、青豆拌匀,加入茭白,上浆拌匀,成虾仁茭白。
- 3.锅放油烧热,下虾仁茭白炸黄。
- 4.原锅洗净烧热,倒入清汤,下虾仁茭白,加盐、料酒,炒匀,用水淀粉勾芡,淋少许猪油,炒匀。 鲜虾茭白 原料:茭白300克,虾仁150克,辣椒、葱姜蒜末、盐、糖、醋、红糟汁、水淀粉、高汤、果 汁、蛋清、干淀粉、植物油各适量。

做法:1.虾仁加盐、红糟汁、蛋清、干淀粉抓匀;茭白切条。

- 2.盐、糖、醋、红糟汁、水淀粉、高汤、果汁一起兑成味汁。
- 3.炒锅放油烧热,放虾仁炸至黄色,捞出;油温再次升高,放茭白炸熟。
- 4.原锅底油烧热,放葱姜蒜、辣椒炒香,下茭白、虾仁翻炒,烹入味汁,炒匀即可。

<<家常小炒王(全六册)>>

编辑推荐

《礼品装家庭必读书:家常小炒王(套装共6册)》由辽海出版社出版。

<<家常小炒王(全六册)>>

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