

<<经典大众菜谱-大众经典菜谱>>

图书基本信息

书名：<<经典大众菜谱-大众经典菜谱>>

13位ISBN编号：9787802023864

10位ISBN编号：7802023866

出版时间：2006-10

出版时间：中国人口出版社

作者：赵良齐

页数：367

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>

<<经典大众菜谱-大众经典菜谱>>

内容概要

《大众经典菜谱》是一套值得珍藏的经典菜谱。

每册内容翔实，特点突出。

好学易做，居家必备。

天天饮食，天天美味。

《经典大众菜谱（最新版）》是《大众经典菜谱》丛书之一，教你制作各种大众菜，让你的家人吃到美味，永保健康。

<<经典大众菜谱-大众经典菜谱>>

书籍目录

第一章 蔬菜素食类美玉菜心芝麻小白菜炆卷心菜三味白菜香辣白菜鲜蘑炒白菜栗子圆白菜爽口辣酸菜醋熘卷心菜酸菜粉丝陈皮炆菜心翠绿茭白番茄茭白干煸茭白香椿煎豆腐茭白炒毛豆冬菇菜花粉红花双色菜花鲜蘑菜花五色菜花发菜菜花茄汁菜花叉烧菜花油菜叶炒豆腐芥末菜花酸辣芹菜香干炒油菜鲜奶蘑菇菜心蒜蓉油菜酥松菠菜丝芝麻菠菜虾皮菠菜白干炒菠菜土豆青椒丝蒜蓉菠菜红烧萝卜土豆泥麻辣萝卜丝群英荟萃胡萝卜圈清炒地瓜辣炒荸荠片辣炸芋头片鲜豆浆烧莴笋奶汁荸荠干烧冬笋花椒油莴笋丝桂花芋头蚝油春笋风光田园炆麻辣莴笋炒鲜莴笋鱼香茄条油焖笋雪菜炒鞭笋雪菜炒笋丝三鲜茄子家常茄子炒茄泥炆柿子椒木须柿子果味茄块青椒炒毛豆青椒炒鸡蛋豆腐青椒酸辣豆角葱油蚕豆蘑菇豌豆酱爆扁豆生煨豆苗肉末炒泡豇豆白油炒嫩胡豆油焖四季豆黄豆芽炒菠菜翡翠土豆丝油浸黄瓜条鲜蘑扁豆酱烧四季豆炆拌黄瓜姜汁黄瓜泡辣黄瓜条辣椒炒黄瓜麻辣冬瓜黄瓜炖豆腐虾皮烧冬瓜番茄冬瓜香酥冬瓜麻蓉冬瓜双冬酿冬瓜八宝冬瓜盒扒苦瓜六味苦瓜冬瓜毛豆炆青瓜条辣椒炒苦瓜番茄丝瓜清煨苦瓜香炒丝瓜翠玉西瓜皮清炒西瓜皮嫩豆腐南瓜脆炒南瓜丝松子香蘑松蓉香菇第二章 荤菜肉食类木须肉海带炒肉末肉丝炒菜花榨菜炒肉丝四季豆炒肉丝肉丝炒豆芽米粉蒸肉金针菇炒肉丝肉末豆腐羹家常酱肉丝海带肉丝肉煨双干鱼香肉丝扁豆炒肉丝南瓜肉丁京酱肉丝肉丁花生米核桃肉丁茄汁肉片豆干爆肉四喜丸子腰果肉片碧玉肉片木耳炒肉片笋炒肉片肉片蒜苔蘑菇炒肉片菊花炒肉片番茄里脊炸芝麻里脊肉糖醋里脊荷包里脊红烧笋肉冬瓜肉丸三色肉丸子肉泥虾干丸珍珠丸子腐竹烧肉红枣酥肉梅菜扣肉回锅肉肉卷千层肉银耳炖瘦肉海带炖肉胡萝卜炖肉蒜苗腊肉笋片炒腊肉腊肉炒茭白咸五花肉炸里脊排粉蒸排骨蚝干炖排骨豆腐炖排骨炒心花豉椒香肠椒盐排骨小黄瓜炒肝片熘肝尖肝片扒白菜炒脆骨韭菜炒血条血片炒酸菜韭菜花炒肚酸辣血块豆腐姜丝猪大肠水煮猪蹄子宫爆腰片红烧肉皮蚝油蹄筋参柿子椒炒牛肉火爆鲜腰片红烧牛尾芹菜牛肉丝红烧牛肉豆豉牛肉洋葱烧牛肉爆炒牛柳陈皮牛肉玉米青豆炒牛肉菠萝牛肉回锅肥牛片清炖牛肉清蒸牛肉条花豆卤牛肉沙茶牛肉土豆炖牛肉黄豆焖牛肉水煮牛肉仙人掌铁板牛柳番茄炖牛肉甜椒牛肉丝炒牛肚丝东江牛肉丸煨炒百叶清汤羊肉手抓羊肉葱爆羊肉黑胡椒爆羊肉萝卜煲羊肉木瓜炖羊肉滑溜羊里脊羊肉炖豆腐红烧羊肉烧羊排炒羊肝橘香狗肉海鲜羊排.....

第三章 水产海鲜类第四章 禽蛋类第五章 豆类第六章 沙锅、火锅第七章 大众汤羹第八章 微波炉菜第九章 主食

<<经典大众菜谱-大众经典菜谱>>

章节摘录

主料 大里脊排2片。

调味料 蒜末1大匙, 姜末少许, 油适量, 酱油2大匙, 酒2大匙, 糖1大匙, 五香粉1大匙, 地瓜粉3大匙。

制作 1. 大里脊排洗净, 用刀背略拍数下, 放入拌匀的蒜末、姜末、酱油、酒、糖、五香粉中, 浸泡10分钟至入味备用。

2. 把制作1中的调味料沥干, 再在大里脊排上撒上地瓜粉翻拌, 让大里脊排表面均匀沾裹一层地瓜粉。

3. 将半锅油烧至油温约170°C时, 放入制作2中的里脊排, 用小火炸约1分钟至肉片浮上油面, 且表面呈金黄色后, 捞起沥干油即可。

特色 色泽美观, 质地火^巴烂。

主料 排骨300克, 南瓜300克, 蒸肉粉3大匙, 香菜5克。

调味料 糖1/2大匙, 盐1/2大匙, 酱油1大匙, 蒜末15克, 葱末10克。

制作 1. 将腌料全部混合搅拌均匀后, 将洗净沥干水分的排骨, 加入腌料中稍做搅拌后, 放着腌渍约30分钟。

2. 南瓜洗净对半切开, 去子后切成块状, 整齐排放在盘中备用。

3. 将1中的排骨裹上一层蒸肉粉后备用。

4. 将制作3中的排骨排放在制作2盘中的南瓜上。

5. 整盘放入蒸笼中, 盖上蒸笼盖, 以大火蒸约40分钟后, 取出放上海菜装饰即可。

特色介绍 柔嫩多汁, 营养丰富。

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>