

<<家常蒸扒菜>>

图书基本信息

书名：<<家常蒸扒菜>>

13位ISBN编号：9787802313699

10位ISBN编号：7802313694

出版时间：2008-1

出版时间：中国中医药出版社

作者：吴杰，夏玲 主编

页数：283

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>

## <<家常蒸扒菜>>

### 内容概要

本书是“家常菜谱系列丛书”之《家常蒸扒菜》。

蒸、扒的烹调方法是家庭厨房中常用的烹调方法，尤其蒸制的烹调方法是我们每个家庭最频繁采用的，在烹制过程中原料营养成分保存较好，成品富含水分，极少燥结、焦糊，而且形态美观，口感滋润，口味鲜美。

而扒菜形态美观，丰满滑润，汤汁浓醇，是节日筵席上的主菜。

本书共精选300款营养丰富、形态美观、搭配合理、口味多样、制作简便，且适合广大家庭学习制作的美味家常蒸扒菜，其中有久负盛名的传统菜，也有流传广泛的创新菜，且南北东西风味兼顾。

并以简洁的语言、生动的笔法对每款菜肴的用料配比、制作方法、器皿的搭配、花色的点缀以及个别菜肴的上桌注意事项、品尝注意事项等做了具体的说明和阐述。

本书不仅适合广大家庭学习制作，而且是各种厨师培训班、烹饪学校难得的教学参考书，也适合机关、企事业单位及各大中专院校、中小学校、幼儿园的食堂参考使用。

## <<家常蒸扒菜>>

### 作者简介

吴杰，大学毕业，国家特一级烹饪师，中国烹饪职业技能鉴定考评员（国家评委），高级营养师。曾在全国烹饪大赛中获金牌。

多年来专注于饮食文化的研究及烹饪教学工作，为全国各地培养出一批优秀烹饪人才，创新设计了数百例风味菜肴及面点，先后出版了《中国著名菜系精选教材》

## &lt;&lt;家常蒸扒菜&gt;&gt;

## 书籍目录

蒸菜的技巧扒菜的技巧肉丸扒娃娃菜奶油扒娃娃菜蚝油扒娃娃菜虾仁扒白菜蚬肉扒白菜香菇扒白菜肥肠扒白菜松菇扒玉翠扒白菜卷鹌鹑蛋扒油菜鲜贝扒菜心虾仁扒油菜蛤蜊扒油菜扇贝扒油菜贵妃蚌扒油菜鸡茸扒油菜扒素四宝扒翡翠素鱼翅扒酱肉菜心鸡茸扒菠菜火腿扒菠菜牛肉扒菠菜虾仁扒菠菜蚝油口蘑扒芥蓝虾仁扒芥蓝蛤蜊扒芥蓝鱼片扒芥蓝牛肉扒芥蓝鸽块扒芥蓝香菇扒芦笋口蘑扒芦笋肉丸扒芦笋腰花扒芦笋鸭胗扒芦笋鱿鱼扒芦笋刺嫩芽花肉椒盐刺嫩芽红椒酿角香菇蒸茄块蒸鱼肉茄夹扒茄盒扒鱼茸茄夹红扒茄条清蒸冬瓜夹火腿扒冬瓜方扒虾仁冬瓜夹蚝油扒冬瓜条丝瓜酿鱼茸虾仁扒白瓜蒸酿鸡茸苦瓜扒香肠苦瓜条蒸豆沙南瓜夹蚝油白玉蒸薯片糯米香菇藕夹扒鸡肉山药蒸酿羊肉山药蜜枣扒山药清蒸山药鲫鱼山药枣泥山药糕枣泥山药夹扒白萝卜夹鲍鱼酱扒萝卜条海米扒白萝卜胡萝羊肉夹清蒸兔肉豆腐丸清蒸夹心豆腐片肉酿豆腐方鸡茸虾仁酿豆腐清蒸三丝豆干条扒五香豆腐卷蒸松菇酿鸡茸火腿蒸鸡纵蒸酿香菇盒香菇蒸鹌鹑蛋鸡茸酿猴头菇蒸草菇肉丸竹荪鸡茸卷虾子扒双菇扒酿香菇香菇扒菜胆三色肉盒蒸酿成蛋香菇扒猴头菇鱼茸扒猴头蒸酿猴头白扒松茸蘑扒瓢口蘑扒元蘑扒凤翅羊肚菌扒肉酿竹荪扒翡翠竹荪扒火腿竹荪蚕蛹蛋糕掌上明珠牛奶蒸鹌鹑蛋藏龙卧虎蒸珍珠蛋蚕蛹蒸蛋羹虾仁蒸蛋羹玛瑙蒸蛋羹肉末蛋羹蒸五彩蛋肘花蒸蛋蒸三鲜蛋饺蒸蛋皮烧麦蒸彩球煎蒸鹅蛋蒜香肉末蒸荷包蒸酿鹌鹑蒸四宝酿鹌鹑扒鹌鹑香菇鹌鹑荷香肉鸽嫩玉米蒸肉鸽虫草蒸双鸽珍珠肉鸽木耳蒸肉鸽金针蒸乳鸽蚝香珍珠扒鸽双冬扒肥鸽白扒乳鸽红扒肉鸽菇枣蒸乌鸡清蒸鸡荷叶粉蒸鸡黄金鸡参枣蒸鸡清蒸滑鸡金翅蒸泥鳅墨花蒸仔鸡鲜美鸡茸糕笋蒸鸡肫花.....

## &lt;&lt;家常蒸扒菜&gt;&gt;

## 章节摘录

蒸菜的技巧 蒸，是厨房里最常用的烹调方法之一，是将原料放入笼屉、箅、甑、蒸箱、蒸柜，采用大火、多水，利用蒸汽传热使原料成熟的一种烹调方式。

适用于制作多种原料的菜肴。

因其在烹制过程中原料不在汤水中长时间炖煮，所以营养成分保存时间较长，成品富含水分，极少燥结、焦糊。

其成菜特点是形态美观完整，口感滋润，口味鲜美。

蒸菜的方法有很多，最适合家庭厨房采用的有清蒸、干蒸、粉蒸、煎蒸等。

(1) 清蒸将原料首先经过细加工，然后直接蒸制的方法，或指操作中不加配料的蒸制方法。

操作时多不用酱油等有色调味品。

其中一种方法是将主料经细加工后。

下入高汤中氽熟、捞出，与配料一起调味，再放入容器，入蒸锅蒸制成菜。

还有一种方法是蒸制时加入清汤。

另外一种方法是蒸制时不加汤汁，而是蒸熟后浇汁。

总之，清蒸菜肴基本没有挂糊、拍粉、煎、炸等操作程序，其成品色泽清淡，口感清爽，口味清鲜。

(2) 干蒸又称旱蒸，是指操作时盛放食品的容器中不加水，而直接蒸制的方法。

将原料首先经过细加工，然后下入沸水中氽煮一下捞出，用调味料腌渍入味后放入容器，摆上配料，入锅用大火蒸制成熟，再把事先准备好的调味汁浇在成品上。

还有一种方法是把原料首先经过细加工后，加入调味料腌渍入味，再用材料包裹起来，入锅蒸制的方法，又称包蒸、裹蒸。

(3) 粉蒸将原料首先加工成块状或片状，再与炒香的大米或糯米碎粒、调味料、汤汁混合拌匀，装入容器，入锅用大火蒸熟成菜的方法。

## <<家常蒸扒菜>>

### 编辑推荐

《家常蒸扒菜》不仅适合广大家庭学习制作，而且是各种厨师培训班、烹饪学校难得的教学参考书，也适合机关、企事业单位及各大中专院校、中小学校、幼儿园的食堂参考使用。

<<家常蒸扒菜>>

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>