

<<烹饪秘籍>>

图书基本信息

书名：<<烹饪秘籍>>

13位ISBN编号：9787122042286

10位ISBN编号：7122042286

出版时间：2009-3

出版时间：化学工业出版社

作者：吴杰 主编

页数：154

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>

<<烹饪秘籍>>

前言

一日三餐是每个家庭必不可少的一个生活主题，就是这样一个既平常又烦琐的家务事，常常会让许多人感到头痛。

在家庭烹调中，无论是原料的选择、加工、还是制作，无论是做主食还是副食，以及吃剩下的饭菜，都经常会碰到各种各样的难题和疑问，常常觉得无处下手，更不知该如何解决。

我们针对家庭烹饪中常能遇到的这些麻烦与困惑，根据广大读者的要求，特别编写了本书，并以科学的态度以及丰富的烹饪经验，以简洁的文字，详细地向广大家庭烹饪爱好者介绍了烹饪中常用的烹调技法，解答关于肉、禽、蛋、水产、蔬菜、主食等常用原料的质量鉴别、选购、储存、保鲜及初步处理、细加工、操作要点等家庭烹调中会遇到的疑难问题。

书中图文并茂，让您在愉快中烹饪，轻松解决家庭烹饪中遇到的难题。

本书内容丰富，科学实用，是广大家庭烹饪爱好者不可或缺的理想生活用书，相信本书的出版会给您的生活带来无限的方便，使您的生活更加丰富多彩。

<<烹饪秘籍>>

内容概要

在家庭烹调中，经常会碰到各种各样的难题和疑问，例如：如何让炒肉不粘锅？

如何炸丸子不炸锅？

如何烹制羊肉可以减轻膻味？

如何去掉河鱼的土腥味？

烧茄子怎样避免茄子吃油？

如何蒸制出细嫩光滑的蛋羹？

煮面条如何防粘连……本书将为您一一解答，支招解惑，让您在愉快中烹饪，轻松解决家庭烹饪中遇到的难题。

<<烹饪秘籍>>

作者简介

吴杰，国家高级营养师，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），曾在全国烹饪大赛中获金牌。

多年来专注于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。

先后在各中央级出版社主编出版了180余部著作。

<<烹饪秘籍>>

书籍目录

- 第一篇 猪肉类 如何辨别猪肉质量？
- 清香猪柳卷 如何让炒肉不粘锅？
- 炒香辣肉丝 如何让炖肉味道更鲜美？
- 吉利堂焖肉 吃肉如何搭配才更科学？
- 三蔬红焖肉 什么是分档取料？
- 有何意义？
- 菠萝咕嚕肉 如何食用肥猪肉？
- 酸香五花肉 如何整理大块的熟肉？
- 家常卤肉 熟食如何巧回软？
- 花生煲猪蹄 如何食用槽头肉？
- 泡椒熟炒肉 如何炖、烧猪肉熟得快？
- 参笋烧肉 如何切剁炸熘丸子的肉馅？
- 喜庆团圆 如何炸丸子不炸锅？
- 双色芝麻肉丸 如何做氽丸子不散不碎？
- 紫菜肉丸汤门 猪心适合哪些烹调方法？
- 麻酱拌猪心 如何去除腰子的异味？
- 翡翠拌腰花 腰子适合哪些烹调方法？
- 山药腰片汤 如何清洗猪肺及初加工？
- 豉椒炒猪肺 如何清洗猪肚？
- 汤氽清脆门 如何让猪肚柔韧厚实？
- 红烧肚片 如何清洗动物内脏及初加工？
- 吉香炒肥肠 如何让炒猪肝鲜嫩滑软？
- 滑炒猪肝 如何做卤肝嫩而不硬？
- 白卤猪肝 如何去除猪脑血管？
- 家常炖猪脑
- 第二篇 牛、羊肉类 如何炖煮老牛肉？
- 什锦炖牛肉 如何炒制出鲜嫩的牛肉？
- 滑炒牛肉 如何辨别牛肉的老嫩？
- 麻辣牛肉 什么部位的牛肉适合炖？
- 番茄炖牛肉 什么部位的牛肉适合炒？
- 杭椒牛柳 什么部位的牛肉适合烧？
- 红烧牛肉 什么部位的牛肉适合焖？
- 菇枣焖牛肉 什么部位的牛肉适合扒？
- 家常扒牛肉 什么部位的牛肉适合酱？
- 家常酱牛肉 什么部位的牛肉适合熘？
- 滑熘牛肉 什么部位的牛肉适合氽？
- 小白菜氽肉卷 什么部位的牛肉适合卤？
- 卤牛头肉 不同部位的羊肉，有哪些适合的烹调方法？
- 滋补羊肉 如何烹制羊肉可以减轻膻味？
- 三鲜羊肉盒 不同的肉类在刀工处理上有什么不同？
- 孜然羊肉 如何炒制羊肉滑嫩可口？
- 葱香羊肉片 家庭如何做羊肉串？
- 嫩炸羊肉串
- 第三篇 家禽类 如何挑选活鸡？
- 参枣炖鸡， 如何识别健康的活鸭、活鹅？
- 干烧鸭 如何识别活禽屠宰与死禽冷宰？
- 香酥鸡翅 禽类初步加工时需要注意什么？

<<烹饪秘籍>>

- 拌香辣鸡丝 家禽开膛有哪些方法？
 如何操作？
 秘制吉香鸭 如何辨别烧鸡、熏鸡的质量？
 白斩鸡 如何对家禽内脏进行初加工？
 胗心相伴 如何让老鸡、老鸭熟得快？
 老鸭炖海带 如何去掉鸡不好的味道？
 奇香鸡块 鹅肉适合哪些烹调方法？
 飘香烤鹅 鹅如何分类？
 有哪些营养功效？
 炸熘鹅脯 第四篇 鱼、海鲜类 如何辨别鲜鱼的优劣？
 清炖鱼 如何辨别大黄鱼和小黄鱼？
 香辣黄花鱼 如何辨别青鱼和草鱼？
 麻辣鱼柳 如何去掉河鱼的土腥味？
 酸辣开屏鱼 如何利用茶水去除鱼腥味？
 酱香鱼段 如何清洗鱿鱼、墨鱼？
 鱿鱼丝炒青韭 如何去除带鱼表皮上的油脂？
 煎焖带鱼 如何去除鱼胆苦味？
 鲤鱼炖黄豆 如何辨别河蟹的优劣与雌雄？
 香辣蟹 如何烹制鱼味道更鲜美？
 酒香鲶鱼茄子 如何防止烧鱼时散碎？
 红烧鲤鱼 如何快速宰杀甲鱼？
 清炖鱼翅 如何防止煎鱼粘锅？
 干煎带鱼 如何给冻鱼增鲜？
 干烧鲢鱼 如何让活鱼延长生命？
 清蒸鲈鱼 什么鱼适合做鱼片？
 滑溜鱼片 什么鱼适合做鱼丸？
 兰花鱼丸汤 什么鱼适合熬汤？
 鲫鱼豆腐汤 如何宰杀黄鳝？
 豉椒鳝段 如何给虾去除腥味？
 翡翠虾卷 如何取虾仁？
 虾仁炒苦瓜 如何让活的螺、贝、蛤等吐净泥污？
 贻贝炒西兰花 如何使海蜇清爽可口？
 海蜇炒仔鸡 家庭如何泡发海参？
 葱烧海参 牡蛎有哪些营养功效？
 适合哪些烹调方法？
 枸杞鲜韭炒蛎 如何泡发干虾仁？
 虾仁翡翠白玉汤 如何食用干贝？
 干贝冬瓜汤 第五篇 蔬菜类 如何让晒制的干菜色泽翠绿？
 双冬豆角干 如何炒制出脆嫩爽口的土豆丝？
 土豆丝炒韭菜 如何制作土豆泥又快又细？
 炸土豆丸子 如何减少蔬菜中维生素的损失？
 虾仁炒茼蒿 如何清洗菜虫？
 火腿肠炒油菜 如何泡发海带才能柔软爽口？
 三丝炒海带 如何识别优质莴笋？
 香辣莴笋 如何选购优质萝卜？
 什锦萝卜丝 如何食用胡萝卜营养更高？
 胡萝卜炒肉丝 烧茄子怎么避免茄子吃油？

<<烹饪秘籍>>

- 家常烧茄子 如何食用竹笋更有利于健康？
冬笋炒肉 如何识别辣椒与甜椒？
辣椒鸡片 如何减轻苦瓜的苦味？
凉拌苦瓜 如何让丝瓜的营养少流失？
丝瓜海鲜汤 如何合理地食用大白菜？
虾仁炒白菜 如何腌渍酸白菜？
酸菜氽白肉 如何给番茄去皮？
番茄炒鲜鱿门 如何烹制菜花才能脆嫩可口？
蒜油双花门 如何去除菠菜中的草酸和涩味？
菠菜蛋卷 如何烹制香椿味道更美？
椿芽炒蛋门 如何去掉芥蓝的苦涩味？
辣油芥蓝门 如何去除菜豆中的毒素？
双色扁豆门 如何烹制出脆嫩爽口的黄豆芽？
美味黄豆芽 家庭如何巧发绿豆芽？
彩丝拌银芽 如何食用芹菜？
芹菜炒鲜鱿门 如何食用黄花菜？
黄花炒鸡丝门 如何清洗干蘑菇？
白蘑炖鸡块门 如何清洗鲜蘑菇？
金针菇氽肉卷门 如何快速泡发干蘑菇？
香菇鸡柳炒菜胆门 如何识别真假木耳？
木耳炒肉片门 家庭如何栽养蒜苗？
肉丝炒蒜苗 如何辨别银耳的优劣？
冰爽银耳汤门 如何快速给生芋头去皮？
香芋焖鸡块 如何给熟芋头去皮？
鲜香芋饼 家庭食用水果如何消毒？
冰爽果盘第六篇 豆制品、蛋类 如何辨别优质豆腐？
美味一锅鲜 如何辨别优质豆干、豆油皮？
三鲜豆干门 家庭如何自制豆泡？
蚝香豆泡门 家庭如何自制豆腐脑？
虾油豆腐脑门 家庭如何自制水豆腐？
什锦水豆腐门 如何使煮鸡蛋不破裂？
吉香菊花蛋门 如何煮茶叶蛋才香醇味美？
茶香鸡蛋门 如何将蛋清和蛋黄轻松地分开？
鱼香金银蛋门 如何煎出形美营养的荷包蛋？
美味荷包蛋门 如何使炒鸡蛋鲜嫩软滑？
蛭子炒鸡蛋门 如何让炒鸡蛋块大完整？
西芹炒鸡蛋门 如何去除蛋的腥味？
豉香鸭蛋门 如何蒸制出细嫩光滑的蛋羹？
虾皮蒸蛋门 如何食用松花蛋？
玉翠拌松花 如何给松花蛋剥皮？
溜松花蛋门 如何让腌蛋的水清澈不臭？
豆干拌鸭蛋门 如何腌制出油多味美的成蛋？
卤汁成鸭蛋门第七篇 主食类 如何食用主食更有营养？
美味菜包门 如何用陈米做出好吃的饭？
羊肉焖饭 如何处理夹生饭？
五彩楂子饭门 如何给剩米饭翻新？
鲜香口蘑炒饭门 热剩米饭如何去异味？

<<烹饪秘籍>>

什锦米饼门 熬粥为何不能放碱？
牛肉豆粥 熬粥如何搭配更有利于健康？
美容养颜粥 怎样一锅做出软硬两种饭？
盖浇饭 煮面条如何防粘连？
红油水煮面 门 家庭中如何巧制肉馅？
羊肉香菜水饺门 调肉馅有何窍门？
驴肉锅贴门 如何巧食剩馒头？
炸馒头片 门 如何蒸出营养味美的馒头？
合面馒头 如何检验发面酸碱度？
葱香羊肉包 家庭如何巧做薄饼？
五丝卷饼 如何食用青玉米？
嫩玉米糕 如何淘米营养损失少？
高粱米豆粥门

<<烹饪秘籍>>

编辑推荐

365个烹饪小诀窍与食材知识, 147道精选菜肴与主食

猪肉类：如何让炒肉不粘锅？	
如何炸丸子不炸锅.....	牛、羊肉类：如何辨别牛肉的老嫩？
如何烹制羊肉可以减轻膻味...	家禽类：如何识别活禽屠宰与死禽冷宰？
如何让老鸡、老鸭熟得快	鱼、海鲜类：如何去掉河鱼的土腥味？
如何辨别河蟹的优劣与雌雄	蔬菜类：烧茄子怎样避免茄子吃油？
如何快速给生芋头去皮.....	豆制品：蛋类：家庭如何自制豆腐脑？
如何蒸制出细嫩光滑的蛋羹	主食类：热剩米饭如何去异味？
煮面条如何防粘连.....	

<<烹饪秘籍>>

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>