第一图书网, tushu007.com

<<3天学会花样主食>>

图书基本信息

书名：<<3天学会花样主食>>

13位ISBN编号：9787122151056

10位ISBN编号：7122151050

出版时间：2012-11

出版时间：化学工业出版社

作者：双福、朱太治、孙炜等

页数：266

字数：300000

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

第一图书网, tushu007.com

<<3天学会花样主食>>

内容概要

本书辑录了最经典的家常主食，涵盖米、面、粥、饼、意面、披萨、寿司等东西方美食，超详细图解演示花样主食制作过程，每菜6～10步，一看就懂，一学就会，让你餐餐都有好选择！
特别加入主食食材鉴别、和面、揉面、制作技巧等基础内容，以及360个0失败巧招＆特别提示，让你可以零基础入门学习。
分类精细，品种齐全，包装典雅精美，为家庭花样主食制作的珍藏工具书，让你3天成为主食高手。

贴心赠送精美双拉页、点菜单及厨房宝典，满足全家人的口味需求！

第一图书网, tushu007.com

<<3天学会花样主食>>

书籍目录

Part 1 怎样让主食更好吃？

做主食常用食材的鉴别和注意事项
家常主食“更好吃的诀窍”
西式主食制作技巧解读
Part 2“米”香醉人
米饭
什锦炒饭
大虾炒饭
鸡丝蛋炒饭
盖浇饭
酸辣橙子饭
扬州炒饭
香菇糯米饭
辣椒醋油饭
鲜爽香米饭
黑椒牛肉盖饭
茄汁肉丁盖浇饭
腰果肉饭
生炒糯米饭
香菇薏米饭
萝卜干炒饭
焖南瓜饭
蛋炒饭
鸡汁浇饭
咸蛋黄炒饭
香椿蛋炒饭
培根木耳蛋炒饭
大虾捞饭
牡蛎蒸米饭
人参营养饭
海鲜炒饭
肉丁豌豆饭
红烧肉饭
咖喱牛肉饭
排骨盖饭
红烧牛肉盖饭
Part 3“面”面俱到
包子
香菇素包
三鲜汤包
火腿虾肉包
腐皮黄鱼包
洋葱牛肉包
麦穗包

第一图书网, tushu007.com

虾皮粉丝包
牛肉芹菜包
三鲜长寿包
麻酱素包
鸡丁汤包
冬瓜肉包
咸菜猪肉包
香菇油菜包
豆腐素蒸包
鸡蛋粉丝包
饺子
三鲜蒸饺
香菇冬瓜蒸饺
素五丁饺
古道鱼汤饺子
雪菜冬笋饺
白萝卜水饺
牛肉玉兰片水饺
笔管鱼水饺
荸荠鸡肉饺
白菜蒸饺
馄饨
京味馄饨
红油馄饨
鲜肉蛋黄馄饨
荠菜馄饨
面条
炸酱面
韩式冷面
肉丝荞麦面
韩式冷汤面
杂菜拌荞麦面
清炖牛腩面
三鲜面
翡翠凉面
鲜鱼面
四川冷面
芸豆打卤面
刀切面
爆锅面
鸡汤面条
担担面
Part 4“ 粥 ”式家族
咸粥
鲍鱼滑鸡粥
补气润肤鲜鱼粥
鸭血鲫鱼粥

第一图书网, tushu007.com

女士美容粥
鲜骨鱼片粥
牛肉什锦粥
鸡肝糯米粥
鲤鱼桂圆粥
火腿玉米粥
山药鸡蓉粥
白果冬瓜粥
清汤鲈鱼粥
鸡蛋粥
山药猪肉粥
香菇牛肉粥
鸡汁粥
鸡丝粥
五香甜沫
皮蛋瘦肉粥
芹香荸荠粥
甘薯米粥
包心菜粥
芋头咸粥
木耳粥
甜粥
木瓜粥
大枣银耳粥
黑芝麻糙米粥
苹果粥
银耳绿豆粥
八宝粥
山药芝麻粥
红枣山药粥
五谷糙米粥
红薯粥
莲子山药粥
冰糖莲子粥
鲜梨牛奶麦片粥
桂圆山药粥
南瓜牛奶粥
牛奶麦片粥
红豆米枣粥
黑米粥
红豆粥
五宝粥
枸杞红枣粥
小米红糖粥
松子粥
山楂大枣莲子粥
小米红枣粥

第一图书网, tushu007.com

桂圆红枣粥
Part 5 “ 饼 ” 不厌杂
面饼
干菜油酥烧饼
烤馒头
桂花馒头
搅面馅饼
椰蓉窝头
蒸韭菜蛋饼
猪肉锅贴
吊炉烧饼
椒盐家常饼
素烩饼
吴山酥油饼
奶酱煎饼
煎饼果子
老婆饼
素馅锅贴
玉米摊饼
萝卜丝酥饼
桂花南瓜饼
香椿鸡蛋饼
水晶酥饼
猪肉炒饼
椒盐饼
葱油饼
豆沙饼
三宝玉米饼
六合饼
五仁饼
火腿土豆饼
奶油小米饼
绿豆荞麦饼
Part 6 “ 西 ” 式主食
意大利面
卷心菜意大利面
水果意大利凉面
薄荷意大利面
干层意大利蔬菜面
意大利蛤蜊鸡蛋面
叉烧酱意大利面
凤尾鱼意大利面
意大利香草培根面
披萨
什锦蔬菜披萨
意式紫苏披萨
西兰花披萨

第一图书网, tushu007.com

牡蛎鸡腿菇披萨
香肠蘑菇披萨
意式鳕鱼披萨
夏威夷鸡胸披萨
风干牛肉披萨
寿司
鲜贝沙拉军舰寿司
鳗鱼一本花寿司
三文鱼握寿司
金枪鱼握寿司
太卷
墨鱼握寿司
干瓢细卷
田乐饭团
四喜卷

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页：插图：

第一图书网, tushu007.com

<<3天学会花样主食>>

编辑推荐

《3天学会花样主食(超详细10步图解版)》是贴心赠送精美双拉页、点菜单及厨房宝典，满足全家人的口味需求！

第一图书网, tushu007.com

<<3天学会花样主食>>

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