

<<温馨食谱>>

图书基本信息

书名：<<温馨食谱>>

13位ISBN编号：9787506418157

10位ISBN编号：7506418150

出版时间：2000-04

出版时间：中国纺织出版社

作者：刘自华

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>

## <<温馨食谱>>

### 内容概要

本书作者是北京四川饭店烹饪技师。

作者根据目前小家庭的特点，从烹饪基本常识入手，给广大读者详细介绍了烹饪知识及烹饪技巧。

同时作者按着进补、素食、肉食、禽食、海鲜、小吃、单日食谱、节日食谱进行分类，介绍了约390种美味佳肴的制作方法。

语言简练，程序清楚，简单易学，实用性、针对性极强，是现代小家庭必不可少的厨房益友。

非常适合广大消费者阅读，也可供饭馆、食堂等有关人员参阅。

## &lt;&lt;温馨食谱&gt;&gt;

## 书籍目录

## 一、亲自烹调的特点

1小家庭烹饪的特点/2食谱事先巧安排/3采买原料少而精/4合理炊具不可少  
5菜肴烹制有“时差”/6看书做菜进步快

## 二、家政司厨的修养

1合理使用原材料/2原料加工是基础/3主料配料巧搭配/4掌握火候生美味  
5口味调制是关键/6素菜荤食营养佳

## 三、干货涨发的方法

1银耳/2木耳/3香菇/4海带/5海米/6腐竹/7黄花/8牛筋、猪蹄筋/9鱿鱼/10海参/11莲子

## 四、精烹细调的常识

1蔬菜要先洗后切/2开水下锅焯蔬菜/3冷水下锅煮荤食/4盐渍可除苦涩味  
5盐可除锅锈/6淘米水可去腥味/7醋可杀菌提鲜味/8巧烹茄子不变色  
9烧鱼宜放醋/10米饭串烟葱可除/11醋可加速海带软化/12一次加汤保原味  
13烧菜酱油先下锅/14料酒热烹味才香/15文火烧菜熟得快/16炒制荤食要上浆

## 五、家宴安排的技巧

1家宴常识不可少/2菜量多少因人而异/3季节不同口味异/4来宾嗜好早知道  
/5饮食习俗要体现

## 六、巧用食谱的学问

1合理选择食谱/2仔细揣摩食谱

## 七、新婚夫妇进科食谱

1虫草煨湖鸭/2独蒜煨狗肉/3当归牛腩煲/4杞子溜虾仁/5葱姜蒸河鳗  
6淮山炖乳鸽/7淮杞炖蛇腩

## 八、佐酒佳肴凉食谱

1香芥拌鸭掌/2三油炆鸭掌/3盐水卤鸭肝/4香油拌蚕丝/5红油拌百叶  
6椒麻拌百叶/7五香酱凤爪/8蒜茸川白肉/9怪味拌仔鸡/10红油拌口条  
11麻辣拌牛肉/12香酥烧鱼条/13三油拌黄喉/14蒜茸拌天梯/15红油拌海参  
16香油海螺片/17尖椒拌松花/18蒜茸拌豇豆/19香油金针菇/20麻辣拌粉皮  
21多味凉瓜丝/22家庭式泡菜/23香油木耳菜/24金钩鲜蚕豆/25盐酥蚕豆  
26蒜茸拍黄瓜/27香油拌干丝/28麻辣萝卜丝/29葱油拌笋尖/30麻辣拌凤尾  
31银粉海带丝/32香芥拌菠菜/33麻酱拌菠菜/34姜汁拌菠菜/35生菜蘸甜酱  
36香油炆翠椒/37川椒炆生菜/38椒茸拌豆腐/39川椒炆季豆/40香油炆季豆  
41蒜茸四季豆/42椒茸拌粉皮/43香油拌贡菜

## 九、清淡爽口素食谱

1家常酸菜粉/2海米炆苦瓜/3尖椒炆苦瓜/4川椒炆蕨菜/5川椒炆银芽  
6川椒木耳菜/7川椒季豆/8翠椒溜干丝/9翠椒炆银芽/10翠椒金针菇  
11海米嫩豆腐/12蒸芙蓉豆腐/13浇汁嫩豆腐/14白菜冻豆腐/15什锦冻豆腐

## 十、美味佳肴肉食谱

1. 鱼香溜丸子/2. 茄汁溜丸子/3. 青元粉蒸肉/4. 川冬菜扣肉  
5. 甜香酱爆肉/6. 鹌蛋烧猪手/7. 尖椒溜肚片/8. 甜酱烧肥肠  
9. 酸菜溜肥肠/10. 鲜椒溜肝片/11. 鱼香溜肝片/12. 荔枝溜腰花  
13. 宫保溜腰花/14. 翠椒溜腰花/15. 豉椒炒腊肉/16. 青蒜炒腊肉  
17. 回锅炒香肠/18. 甜酱焖肘子/19. 五香烧排骨/20. 米粉蒸排骨  
21. 东坡红烧肉/22. 蘸食连锅汤/23. 生爆盐煎肉/24. 猪肉炖粉条  
25. 翠椒炆耳片/26. 酸辣蹄筋羹/27. 糖醋炸里脊/28. 鱼香炸里脊

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>