

<<新编家常菜888道>>

图书基本信息

书名：<<新编家常菜888道>>

13位ISBN编号：9787506477284

10位ISBN编号：7506477289

出版时间：2012-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：犀文图书

页数：144

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>

<<新编家常菜888道>>

前言

家常菜是指在家里用常见的食材亲手做出来的各种菜式。

我国各地用来做菜的原料基本相同：猪、牛、羊、兔等畜肉，鸡、鸭、鹅等禽肉，鱼虾鳖蟹等水产品；但煎炒烹炸蒸煮炖等烹饪手法却各有特点，油盐酱醋姜葱蒜等调料的使用偏好也不一样，所以形成了中华灿烂而丰富的饮食文化。

本书收罗了全国各地的家常菜式，给广大读者提供详实的参考。

原料一样，但口味不尽相同，北方人好香浓，南方人喜清淡，各有不同的饮食习惯。

本书提供的菜谱就能满足家人不同的口味要求，依书一定能做出口味极佳的家常菜，让家人大饱口福。

。

<<新编家常菜888道>>

内容概要

本书精心挑选了多道用不同烹饪方法烹调出的家常菜，口味丰富，花样翻新。
《新编家常菜888道》按照食材将家常菜进行分类，配上精美的图片、详细的材料介绍、严谨的做法指导，不仅让您能根据家中的食材储备进行快速查找，还能轻松学会。
从此，您家的餐桌不仅会色香俱全，营养均衡，还能满足每位家人不同的口味喜好。

<<新编家常菜888道>>

书籍目录

汤品类

喝汤有益健康

酸菜牛肉汤

花生米牛肉汤

桂圆牛肉汤

苦瓜木棉牛肉汤

阿胶牛肉汤

百合白果牛肉汤

牛肉菜花汤

萝卜牛肉汤

排骨冬瓜汤

薏米山药排骨汤

白贝冬瓜排骨汤

苦瓜排骨汤

龙骨煲老藕

清补凉煲排骨

南杏排骨汤

排骨炖黄豆芽汤

南瓜煲排骨汤

木瓜排骨汤

金荞麦瘦肉汤

地胆头瘦肉汤

阿胶瘦肉汤

花旗参燕窝瘦肉汤

虫草山药瘦肉汤

核桃茯苓瘦肉汤

大生地绿豆瘦肉汤

薏米马蹄猪肉汤

芡实猪肉汤

蛇舌草猪肉陈皮汤

塘葛菜猪肉汤

萝卜猪骨煲

西红柿猪肝瘦肉汤

生地莲藕瘦肉汤

香菇瘦肉汤

夏枯草瘦肉汤

葛根赤小豆瘦肉汤

柏子仁首乌瘦肉汤

丝瓜瘦肉汤

荷叶瘦肉汤

莲子百合瘦肉汤

生地猪肺汤

百部党参猪肺汤

山药沙参百合炖猪月

沙参玉竹猪肺汤

<<新编家常菜888道>>

红豆猪肝汤
菠菜猪肝汤
枸杞叶猪肝汤
上汤浸猪肝
车前草猪腰汤
木耳猪腰汤
黄芪当归炖猪脑
五味人参猪脑汤
当归枣仁猪心汤
党参猪心汤
莲子猪心汤
木瓜花生煲猪蹄
花生炖猪蹄
大枣煮猪蹄
丝瓜猪蹄汤
豆腐猪血汤
当归猪血莴苣汤
绿豆薏米猪大肠汤
山楂麦芽猪胰汤
虫草熟地老鸭汤
熟地首乌兔肉汤
党参栗子兔肉汤
玉竹核桃羊肉汤
芪参陈皮羊肉汤
山药生地羊肉汤
山药羊肉汤
平菇羊血汤
当归天麻羊脑汤
黄芪泥鳅汤
火腿洋葱汤
火腿白菜汤
蒲瓜肾片汤
三鲜冬瓜汤

.....

畜肉类
家禽类
水产类
主食类

<<新编家常菜888道>>

章节摘录

版权页：插图：多喝汤可以起到很好的保健作用，汤的主要功用是祛寒湿、健脾胃、清肺热、清肠热、补中气。

要想煲出一锅疗效、味道俱佳的靓汤有以下六大诀窍：1.必须使用容积较大的沙锅（大肚小口最佳），一旦放水就不再添水，中火烧开后，用小火或微火煲2小时以上，且只有沙锅才能煲出独特的鲜味。

沙锅乃煲汤之“缘”。

2.应放足够的姜。

姜乃煲汤之“魂”。

3.原料必须使用鲜肉，并须含少量脂肪。

此乃煲汤之“质”。

4.必须放一两样清热、利湿、健脾之物，如莲藕、百合、马蹄、山药、萝卜等。

此乃煲汤之“本”。

5.必须放一两样甘甜之物，如几枚红枣、蜜枣，少量葡萄干或桂圆干。

另可视不同需要加入西洋参、黄芪、枸杞子、当归等。

此乃煲汤之“气”。

6.可适当加入一两样跟茎类、菌类或干果类配料，如霸王花、黄花、香菇、黑白木耳、花生、白果、莲子等。

此乃煲汤之“伴侣”。

<<新编家常菜888道>>

编辑推荐

《新编家常菜888道》为家常美味888系列之一。

<<新编家常菜888道>>

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>