

<<农家乐食谱>>

图书基本信息

书名：<<农家乐食谱>>

13位ISBN编号：9787533155124

10位ISBN编号：7533155122

出版时间：2010-8

出版时间：山东科技

作者：徐延东//孙强//王宁

页数：137

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>

## <<农家乐食谱>>

### 内容概要

书籍是人类进步的阶梯。

为满足人民群众日益增长的精神文化需求，保障农民基本文化权益，切实解决群众看书难问题，近年来党和政府在广大农村组织实施了“农家书屋”工程。

这一工程，是社会主义新农村建设的基础性工程，是农村公共文化服务体系建设的重要方面，是深受农民欢迎的德政工程和民生工程。

实施好这一工程，对于深入学习实践科学发展观，提高农民整体素质和农村文明程度，推进社会主义新农村建设和小康社会具有重要意义。

## <<农家乐食谱>>

### 书籍目录

- 一、概述
- 二、农家乐的卫生
  - (一) 个人卫生
  - (二) 环境卫生
  - (三) 餐具的清洗与消毒
  - (四) 各类烹饪原料的卫生
- 三、调味的窍门
  - (一) 味的对比现象
  - (二) 味的消杀现象
  - (三) 味的转换现象
  - (四) 味的相乘现象
- 四、农家乐菜谱制作工艺
  - (一) 灶通用工艺
  - (二) 热灶通用工艺
  - (三) 凉菜通用工艺
  - (四) 面案通用工艺
  - (五) 辅助工艺
- 五、农家乐特色菜点
  - (一) 农林牧渔, 一汁百菜
  - (二) 田间地头, 遍地是菜
  - (三) 自制饮料, 新鲜爽口
  - (四) 因地制宜, 粗粮细作
- 六、农家乐家常菜谱
  - (一) 凉菜
  - (二) 炒菜
  - (三) 汤粥面食类
- 七、节气养生食谱
  - (一) 春季养生食谱
  - (二) 夏季养生食谱
  - (三) 秋季养生食谱
  - (四) 冬季养生食谱
- 八、健康饮食贴士
  - (一) 宜搭配的食物
  - (二) 忌搭配的食物

## 章节摘录

6. 畜肉的卫生动物性烹饪原料营养丰富，但却是微生物生长、发育的良好“土壤”。有资料显示，动物性原料往往容易感染人畜共患的疾病，对人体的危害很大，所以必须引起重视。

(1) 屠宰后肉品的变化。

屠宰后的牲畜肉，一般经过僵尸、成熟、自溶、腐败四个阶段的变化。

牲畜屠宰后，在常温下自然放置24小时或在1℃左右条件下冷却的肉，称为肉的僵尸期，我们常常称其为鲜肉。

此时并不是肉最好的食用期。

成熟阶段的肉处于最佳食用期，此时肉质新鲜，肉组织比较柔软，富有弹性，煮沸后具有香气，味鲜美，并易于煮烂。

此阶段的畜肉如不烹制，又没有适宜的储藏条件，就会受到外界微生物的侵染，肉体变得色暗、无光泽、无弹性，表面湿润而发黏，这意味着肉组织蛋白质分解成氨基酸后，进而产生了氨、二氧化碳、硫化氢等具有不良气味的挥发性物质。

肉由自溶阶段开始腐败，微生物大量生长繁殖，直至失去食用价值。

如果食用易引起食物中毒。

(2) 冷冻肉的卫生。

冷冻肉色泽、香味都不如鲜肉，但保存期长，冻肉可抑制或延缓大多数微生物的生长，但不能完全杀菌。

如沙门菌在-16℃可存活3天；结核菌在-10℃的冻肉内可存活2年。

冷冻肉长期在空气不流通的处所存放，会出现生霉、发黏现象。

冻肉解冻一般在室温下进行。

在20℃、通风的状况下，使冻肉深层温度升高到0℃，一昼夜可完成解冻。

用温水浸泡解冻，会造成可溶性营养素的流失，易遭微生物的污染，因酶及氧化作用等因素还会使肉品感官质量发生变化。

## <<农家乐食谱>>

### 编辑推荐

《农家乐食谱》：“农家书屋”工程是一项涉及广大农村千家万户的惠民工程，是党和政府重视“三农”作的有力举措。

《农家乐食谱》经过精心组织，多方努力，真正做到了让农民看得懂，学得会、用得上。

<<农家乐食谱>>

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>