

<<快手学厨艺1688例>>

图书基本信息

书名：<<快手学厨艺1688例>>

13位ISBN编号：9787534144288

10位ISBN编号：7534144280

出版时间：2012-5

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：犀文图书

页数：247

字数：200000

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>

## <<快手学厨艺1688例>>

### 前言

我国烹饪文化源远流长，具有实用目的与审美价值紧密相联的特点，有着独特的民族特色和浓郁的东方魅力，主要表现为以味的享受为核心、以饮食养生为目的的和谐与统一。

特别是步入老龄化社会的时代，食补、健康、营养备受人们的重视和关注，同时，烹饪也成为中老年人保持良好心态、快乐养老、健康养生的一个平台。

所以，现代烹饪不仅是厨艺的展示，也是一种情感和责任的体现。

为此，我们隆重推出了适宜中老年人操作的高清版家常营养食谱，当然，中青年家庭“煮妇”以及初学烹饪者同样可以参考。

本高清版系列丛书以家常菜为主导，包括《孕产期营养食谱1688例》、《婴幼儿营养食谱1688例》、《地方特色菜1688例》、《一学就会家常菜1688例》、《家庭营养甜品1688例》、《家庭健康药膳1688例》、《快手学厨艺1688例》、《妈咪私房菜1688例》、《家庭营养主食1688例》、《家庭营养点心1688例》、《家庭营养素菜1688例》、《家庭营养糖水1688例》、《名菜家做1688例》、《家庭营养粥1688例》、《家庭营养汤1688例》、《家庭营养荤菜1688例》、《四季营养餐1688例》、《女人生理调养食谱1688例》、《蒸炒炖煮烧卤熏1688例》、《五脏营养调理食谱1688例》，共20本，涵盖了东西南北的传统家常菜及现代创新版家常美味佳肴。

《快手学厨艺1688例》分为两部分，即刀工基础和具体烹饪技法的菜例介绍。

刀工基础详细介绍了刀法、刀法成形，并简单介绍了刀工与配菜的要领。

具体的烹饪技法，主要介绍了炒、蒸、煮、焖、煲、炖、炸、卤等，菜例丰富、操作简单、营养健康，除了介绍菜式的主料、辅料和制作过程外，编者还对相应的每一种菜式提供了准确、清晰、到位的小贴士，简单易懂，方便读者学习和掌握。

## <<快手学厨艺1688例>>

### 内容概要

本书全面系统地介绍了各类厨艺的烹饪技巧，并根据不同厨艺，精选了相关食谱，方便读者实践操作，内容丰富，科学实用，图文并茂，装帧精美，字号较大，制作过程详细，语言通俗易懂，非常适合中老年读者参考使用。

## 作者简介

广东犀文图书有限公司，是一家以出品“生活·经济”类图书为主业，集创意、编撰制作和销售于一体的成长型文化企业。

公司成立于2003年9月，90%员工为大专以上学历，核心团队皆为业界资深出版人和卓越设计师。

公司成立7年来，已与国内外数十家出版机构建立了深度合作的关系，年出品图书500余种，年版权交易150余种。

犀文出品的图书主要为烹饪菜谱、小手工艺、美容美发、养生、家装家饰家居类。

犀文图书以其选题的实用性、体例的科学性、内容的丰富性，一流的装帧设计和版式设计已在生活经济图书领域颇有影响。

犀文图书策划制作的图书贴近市场，设计水准上乘，在出版业界中独树一帜，品牌已见雏形。

犀文图书根植于厚重的华夏文化，置身于现代图书市场文化产业之林，志存高远，弘思远益。

犀文图书以传播知识，实用民生为己任，实行现代企业制度，严格管理，高效经营，凭借犀文人强烈的前瞻意识和敏锐深刻的洞察力，以及同舟共济的团队精神和卓著专业品质，犀文图书开拓前进，定会在中国文化产业发展大局中占有一席之地。

正如犀文铭所言：用志坚则无事不达，用心诚则无事不至。

<<快手学厨艺1688例>>

书籍目录

刀工基础

刀法

一、直刀法

1.切

- (1) 直刀切
- (2) 推刀切
- (3) 拉刀切
- (4) 推拉刀切
- (5) 锯刀切
- (6) 滚料切
- (7) 铡刀切

2.剁

3.砍

- (1) 直刀砍
- (2) 跟刀砍
- (3) 拍刀砍

二、平刀法

1.平刀直片

2.平刀推片

- (1) 上片法
- (2) 下片法

3.平刀拉片

4.平刀推拉片

5.平刀滚料片

- (1) 滚料上片
- (2) 滚料下片

三、斜刀法

1.正斜刀片

2.反斜刀片

四、其他刀法

1.削

2.剔

3.刮

4.捶

5.剜

6.背

7.剖

8.拍

刀法成形

一、基本工艺

1.块

- (1) 滚刀块
- (2) 菱形块
- (3) 骨牌块
- (4) 大、小方块

<<快手学厨艺1688例>>

(5) 斧头块

2.片

(1) 长方片

(2) 指甲片

(3) 柳叶片

(4) 象眼片

(5) 夹刀片

(6) 月牙片

3.段

4.粒

5.丁

(1) 骰子形丁

(2) 菱形丁

6.末

7.蓉泥

8.丝

9.条

二、花刀工艺

1.斜一字花刀

2.柳叶花刀

3.十字花刀

4.葡萄花刀

5.牡丹花刀

6.菊花花刀

7.麦穗花刀

8.蓑衣花刀

9.玉翅花刀

10.麻花花刀

11.梳子花刀

12.如意花刀

13.剪刀花刀

14.花枝花刀

15.梭子花刀

刀工与配菜

一、单一料的配菜

二、主辅料的配菜

三、混合料的配菜

炒

家常炒菜小技巧

五色炒玉米

三丝炒绿豆芽

番茄炒鸡蛋

香辣绿豆芽

酸菜藕片

生炒松花

炒土豆丝

鸡汁红烧萝卜

<<快手学厨艺1688例>>

香辣土豆块  
炒洋葱  
鲜香牛肝  
黄瓜肉丁  
炒鲜芦笋  
什锦四季豆  
炒黄瓜酱  
雪菜毛豆鸡丁  
苦瓜肥肠  
花椰菜炒咸肉  
白菜炒牛肉  
菊花鸭肫  
菠萝炒牛肉  
豆苗鸡片  
西芹百合炒腊肉  
肉丝炒荷兰豆  
火腿油菜  
百合丝瓜炒鸡片  
滑熘里脊  
辣子兔丁  
滑炒鸭片  
桂圆鸡翅  
黑豆猪肝  
椰蓉牛肉  
香干牛肉丝  
青椒炒猪肚  
青椒炒猪肝  
四季豆炒牛柳  
黑木耳炒牛肉  
苦瓜炒牛肉  
核桃仁牛肉  
豆腐干炒牛肉  
火腿炒三鲜  
冬菜炒荷兰豆  
金针菇炒鸡丝  
榄菜肉碎炒四季豆  
洋葱炒肉丝  
青蒜炒肉丝  
腊味炒茭白  
三色瓠瓜片  
香菇炒西蓝花  
蕨菜炒香菇  
素炒紫包菜  
香干炒蒜薹  
西芹百合炒腰果  
鱼香菠菜  
双冬油面筋

<<快手学厨艺1688例>>

素炒黑白菜  
素炒三瓜片  
豆腐干炒粉丝  
翡翠豆腐  
豆腐干炒青蒜  
丝瓜炒豆腐  
香干炒芹菜  
红糟羊肉  
蚝油生菜  
芹菜叶炒花生米  
淡菜炒笋尖  
菠菜炒鱼肚  
芙蓉黄鳝丝  
紫苏炒田螺  
豉汁炒蛤蜊  
虾米炒白菜  
韭菜炒银鱼  
滑炒鱼片  
葱花炒花蟹  
炒大明虾  
炒鳝片  
彩色虾球  
快炒鱿鱼片  
虾仁豆腐  
滑蛋虾仁  
炒鸡丝海蜇头  
香滑鲈鱼球  
炒黑鱼球  
芹菜炒鱼松  
紫玉米炒鱼块  
蒜薹炒河蚌肉  
大蒜炒蚝豉  
虾米炒花椰菜  
河虾炒墨鱼  
红烧猪舌  
肉末炒茄子  
葱白炒肉片  
甜酒烧香肠  
香芋烧五花肉  
红烧肉  
洋烧排骨  
红烧牛肉  
红烧狮子头  
蒸  
蒸菜的优点与技巧  
花椒清蒸鸡  
清蒸炉鸭



<<快手学厨艺1688例>>

健胃开边虾  
土豆蒸鸡块  
田七蒸鸡  
榨菜蒸白鳝  
粉蒸草鱼头  
粉蒸泥鳅  
香菇鲜虾蒸肉饼  
啤酒蒸鸭  
清蒸酥肉  
淡菜酥腰  
辣蒸牛肉萝卜丝  
豆豉辣酱蒸里脊  
西洋参蒸乳鸽  
翡翠鹅肉卷  
粉蒸鸽  
香芋蒸鹅  
瓜盅粉蒸鸡  
豌豆粉蒸肉  
枸杞子蒸猪肝  
清蒸排骨  
粉蒸羊肉  
金针菇蒸鸡腿  
蜜枣蒸乌鸡  
湘味蒸丝瓜  
蒜蓉蒸茄子  
如意白菜卷  
枸杞子香菇蒸白鳝  
清蒸醉虾  
荷叶粉蒸钳鱼  
莲蓬虾糜  
清蒸带鱼  
煎蒸带鱼块  
清蒸鸡翅  
朝天椒豆豉蒸鱼  
榨菜肉末蒸鱼  
珍珠丸子  
霉干菜腊味蒸带鱼  
香菇木耳蒸鲑鱼  
鸿运蒸鸡  
清蒸赤豆鲤鱼  
竹排糯香鸡翅  
粉蒸鸡块  
黄花菜蒸腰花  
米粉蒸鸡爪  
霉干菜蒸五花肉  
酱椒蒸猪蹄  
腊肉蒸香芋丝

<<快手学厨艺1688例>>

圆笼粉蒸鹅  
土豆蒸腊肉  
剁椒蒸香芋  
鱼糜蒸豆腐  
清蒸豆腐圆  
香菇粉蒸肋排  
鲫鱼蒸蛋  
清蒸鲫鱼  
清蒸罗非鱼  
煮、焖  
煮、焖的烹调技法  
木瓜煮肉丸  
水煮肉片  
水煮血旺  
浓汤裙菜煮鲈鱼  
水煮黄鳝  
水煮鱼片  
青蒜煮萝卜  
番茄煮蘑菇  
青红椒煮土豆  
紫菜虾干汤  
苦瓜豆腐汤  
番茄蛋花汤  
牛肉花椰菜汤  
藕片汤  
豆腐猪血汤  
火腿洋葱汤  
海带西洋菜生鱼汤  
五色紫菜汤  
虾丸蘑菇汤  
花生鸡爪汤  
杂鱼冬瓜汤  
豌豆苗豆腐汤  
草鱼豆腐汤  
香菇鱼球汤  
海带紫菜冬瓜汤  
竹笋香菇菠菜汤  
青菜蛋花汤  
木耳菠菜鸡蛋汤  
排骨冬瓜汤  
瘦肉蛋枣汤  
酸菜牛肉汤  
白菜丸子汤  
黄精瘦肉汤  
鸡肝烩莲子  
草菇紫菜烩羊肉  
黄白烩鸡丁

<<快手学厨艺1688例>>

枸杞子松仁烩鸭片  
番茄白菜烩牛肉  
芝麻茄汁烩鸡脯  
三鲜牛筋  
鲜虾烩时蔬  
山药烩鱼头  
冬瓜鲜菇烩滑虾  
蟹柳烩豆腐  
清烩鲈鱼片  
拆烩鱼头  
酸辣鱼丝  
杞子汁烩猪排  
葱姜烩鸡块  
椰汁烩鸡  
蘑菇烩腐竹  
板栗焖羊肉  
豆瓣焖羊肉  
长沙风羊腿  
萝卜焖牛腩  
陈皮牛肉  
黄焖牛肉  
土豆焖牛腩  
东坡牛肉  
豆酱焖牛腩  
黄豆焖牛腩  
泡椒牛肉卷  
啤酒焖牛肉  
豌豆牛肉  
板栗焖排骨  
客家三杯鸡  
苦瓜焖鸡翅  
红焖鸡块  
土豆焖鸡  
酥焖鲫鱼  
家常熬鱼  
酒香焖鱼  
红焖加吉鱼  
雪菜黄鱼  
罗锅鱼片  
大蒜焖鲑鱼  
油焖武昌鱼  
豆腐焖泥鳅  
鱼头冻豆腐  
铁扒豆腐  
煲、炖  
煲、炖技法  
香芋牛肉煲

## &lt;&lt;快手学厨艺1688例&gt;&gt;

鸭掌海参煲  
笋干老鸭煲  
黄芪山药煲鹅肉  
陈皮油菜大鸭煲  
鹅掌翅煲  
蚝油香菇鹅掌翅煲  
丝瓜蚬肉香芋煲  
青椒茄子煲  
香菇瘦肉汤  
蒜子煲牛蛙  
沙参玉竹老鸭汤  
陈皮莲子煲水鸭  
高丽参田七鸡汤  
玉竹章鱼鹌鹑汤  
山药老鸭汤  
黑豆莲藕乳鸽汤  
黑芝麻赤豆鹌鹑汤  
红枣香菇鸡汤  
黄芪桂圆老鸡汤  
陈肾蜜枣煲西洋菜  
芡实薏米老鸭汤  
番茄猪肝瘦肉汤  
赤豆枸杞子猪肝汤  
山药豆腐汤  
红花黑豆鲑鱼汤  
菊花鸡肉汤  
红枣桂圆牡蛎汤  
鸡蛋苦瓜瘦肉汤  
菠菜鱼头汤  
冬瓜薏米猪肚汤  
冬葵通草猪肉汤  
玫瑰丝瓜猪肉汤  
芡实猪肉汤  
蜜枣霸王花猪肺汤  
蜜枣排骨鲍鱼汤  
竹蔗萝卜猪骨汤  
独活红枣黑豆汤  
苦瓜黄豆牛蛙汤  
山药生地羊肉汤  
淮杞炖甲鱼  
海底椰苹果炖瘦肉  
鸽肉甲鱼汤  
天麻枸杞子炖骨髓  
墨鱼炖小肚  
猴头菇炖响螺  
天麻炖猪脑  
天冬炖牛筋

<<快手学厨艺1688例>>

党参炖三鲜  
人参炖乌鸡  
当归炖鸡腿  
参杞炖神鞭  
凉瓜炖猪蹄  
黄精海参炖乳鸽  
田七炖肚肺  
莲子银耳炖木瓜  
枸杞子桂圆炖雪梨  
何首乌黑豆炖老鸡  
凉瓜炖花蚧  
莲藕炖排骨  
炸、卤  
炸、卤烹饪技巧  
糖醋排骨  
菠萝咕嚕肉  
脆皮猪大肠  
南乳鸡翅  
炸熘童子鸡  
干炸龙凤腿  
金鸡晓唱  
炸鸡丝卷  
茄汁烹鸡腿  
鸡蛋藕丸  
炸熘皮蛋  
脆蛋散  
糖醋豆腐丸子  
萝卜豆腐丸  
虾仁豆腐小丸子  
芝麻豆腐饼  
三河米饺  
豆沙角  
炸春卷  
炸云吞  
夹沙甜肉  
拔丝红薯  
拔丝香蕉  
香蕉土豆泥  
芝麻煎堆  
咸水角  
火腿酥油饼  
豆蓉黄金盒  
富贵石榴球  
香煎牛排  
香煎鸡排  
椒盐鱿鱼须  
烟肉肠仔卷

<<快手学厨艺1688例>>

炸菠菜  
炸洋葱  
潮州卤水鹅翼  
乾坤大肠  
卤味豆腐干  
卤水鹅掌  
卤水鸭舌  
卤水猪大肠  
卤水猪耳  
卤水猪尾  
卤水海豹蛇  
香辣鸭颈  
沙姜头抽捞掌翼  
湛江白切鸭  
脆皮盐焗鸡  
白切贵妃鸡  
玫瑰豉油鸡  
豉油皇乳鸽  
白切东山乳羊  
富贵金银圈  
姜油爽肚  
冻龙虾  
清酒浸墨鱼仔  
打冷黄鱼  
打冷乌头鱼  
五香卤鸭翅  
当归醉鸡卷  
香草卤鸡翅  
快乐卤蛋  
麻辣鸭头  
卤牛肉  
酱猪蹄  
桂花酒酿鸭

<<快手学厨艺1688例>>

编辑推荐

《快手学厨艺1688例》编辑推荐：800道菜例+600个营养知识+288个专家提示；全面系统、科学实用、经济实惠；烹饪技法、美味佳肴、健康营养；大号字体、高清图片、方便阅读。

<<快手学厨艺1688例>>

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>