

<<无肉不欢>>

图书基本信息

书名：<<无肉不欢>>

13位ISBN编号：9787535772503

10位ISBN编号：7535772501

出版时间：2012-12

出版时间：湖南科技出版社

作者：橘花散里

页数：95

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>

<<无肉不欢>>

内容概要

肉的种类取之有各种，做法也分得细致，王巍编著的《无肉不欢》选取其中最简单和容易上手的炒、烧、炖、煎、蒸等烹饪方式，搭配经典菜式，还有刺激您食欲的“美食记”和温馨实用的“贴食记”，绝对让您在品味美食之余，不仅能分享到可引起共鸣的美食体验，更能为您成为下厨的一把好手提供经验和指导。

<<无肉不欢>>

书籍目录

PART 1 炒出温馨家常菜

“炒”的特色、方法等

平常炒出好味道 豆角炒肉

清新肉香家中飘 农家小炒肉

找鱼不如找香 鱼香肉丝

让你泪流满面的美味 洋葱炒肉

在家也点这个菜 自然牛肉

闻名不如见面 四川回锅肉

老“湘食” 尖椒炒鸡腿

PART 2 让经典菜烧动起来

“烧”的特色、方法等

天下何人不识君 红烧肉

文人心头一块肉 东坡肉

小资情调，你懂的 糖醋排骨

醉鸭更醉人 啤酒鸭

“渝人”娱己 重庆辣子鸡

一家人都爱 土豆烧牛肉

新式烧法有内容 干锅板栗炒黄鱼

PART 3 营养美味不停炖

“炖”的特色、方法等

如妈妈从不吝啬的关怀 玉米排骨汤

清香宜人减肥餐 普洱茶顿香排骨

最符合现代营养要求 小鸡炖蘑菇

别有一番嚼头 冰糖炖猪蹄

人人都会炖 海带炖筒子骨

冬日里的暖阳 豆腐鱼头汤

东北纯爷们的“性格”菜 猪肉白菜炖粉条

PART 4 煎不断，腻还难

“煎”的特色、方法等

一试难忘的果汁味 柠汁煎软鸭

酥脆口口香 油煎带鱼

猫和你都贪恋的滋味 秋刀鱼

甜蜜二人世界 黑椒蜜糖煎猪排

“香煎”无须太急 香煎鳊鱼

饭桌人气小点缀 香煎球肉条

妈妈的拿手好菜 双椒煎鲫鱼

PART 5 入骨三分 蒸回来

“蒸”的特色、方法等

南瓜先生也爱肉 南瓜蒸肉

轻筷一夹的无穷回味 清蒸黄鱼

馋是一种福气 口水鱼

为好滋味“粉”身碎“骨” 粉蒸排骨

港式经典蒸菜 豉汁凤爪

至尊下饭菜 梅干菜扣肉

孩提时的最爱 肉蒸蛋

<<无肉不欢>>

PART 6 时尚微波，美食经得住围观

“微波”的特色、方法等

最爱不“膻”情 蒜香烤羊排

10分钟搞定 宫保鸡丁

简单美妙好味道 孜然鸡丁

色香味俱全 黑椒蜜汁鸡腿

精致情趣菜 培根金针菇卷

不吮指怎么过瘾 葱姜盐水虾

吃并快乐着 可乐鸡翅

PART 7 还有留门手工艺品肉香

介绍多种烹饪方式

“熘”不走的爽口 熘鱼片

水煮是一种智慧 水煮肉片

烂而不糜，嫩而不韧 黄焖牛肉

下油锅的圆滑派 软炸肉丸子

一家之主的最爱 五香猪蹄

它令客人感觉最周到 白灼虾

火里来，油里去 油爆河虾

PART 8 荤前荤后

四季选择肉食

不同肉类的选择——猪肉

不同肉类的选择——牛肉

不同肉类的选择——鸡鸭

不同肉类的选择——鱼

不同肉类的选择——虾

解除油腻感的18种食品选择

<<无肉不欢>>

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>