

<<新编家庭素菜518>>

图书基本信息

书名：<<新编家庭素菜518>>

13位ISBN编号：9787537529464

10位ISBN编号：7537529469

出版时间：2004-1

出版时间：田凤林 河北科学技术出版社 (2004-01出版)

作者：田凤林 编

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>

<<新编家庭素菜518>>

书籍目录

凉菜豆制品类拌干豆腐丝金钩拌干丝菠菜拌腐竹黄瓜拌腐竹花生米拌干丁五香酱豆腐干拌三丝莴笋拌豆腐丝腐竹拌粉皮豆腐丝拌菜叶香椿拌豆腐绿豆芽拌蛋皮丝松花蛋拌豆腐柿子椒拌豆腐拌双丝蔬菜类柿子椒拌干丝咸拌菜心香干拌芹菜凉拌芹菜叶三丝拌芹菜芹菜拌干丝芹菜拌豆腐花生米拌芹菜香干拌芹菜叶蒜拌冬瓜块广东泡菜北京泡菜四川泡菜圆白菜拌芹菜酸辣白菜芥末白菜果汁白菜怪味白菜帮菜花拌西红柿拌油菜拌油菜梗蛋丝拌油菜叶油菜叶拌豆腐丝芥末粉皮黄瓜丝双耳拌黄瓜脆辣黄瓜条什锦黄瓜麻辣黄瓜拌黄瓜炆辣黄瓜条拌三片拌三丝黄瓜皮拌笋丝拌瓜丁拌黄瓜梨丝三色丁拌三丝.j麻酱拌黄瓜绿豆芽拌黄瓜丝海带丝拌黄瓜丝豆腐拌黄瓜丝腐竹拌黄瓜花生米拌黄瓜丁甜酸黄瓜条黄瓜土豆拌粉丝银耳果汁三丁泡黄瓜条蒜味黄瓜辣黄瓜条酸黄瓜酸奶拌黄瓜糖醋黄瓜拌茄泥多味茄泥蒜拌茄泥拌蒸茄子拌双泥怪味茄泥麻辣三丝删酸萝卜赛泡菜三色松拌胡萝卜丝胡萝卜拌绿豆芽胡萝卜丁色拉酸辣萝卜麻酱番茄西红柿鸡蛋沙拉西红柿拌土豆丁西红柿拌粉丝番茄双蛋拌三片麻酱拌西红柿黄瓜凉拌五丝木耳拌黄瓜凉拌西瓜皮凉拌海带丝热菜

<<新编家庭素菜518>>

章节摘录

版权页：制作1.将面筋在光滑的菜板上搥成0.5厘米厚的薄片，再切成3厘米宽的长条，然后均匀地缠在抹了油的擀面棍上，再用布将它卷牢。

将面筋连同擀面棍一同放入开水锅内，待水再次开时移小火上煮15分钟，捞出放在凉水盆中，解下布，将擀面棍轻轻抽出，面筋即成为素肥肠。

2.将木耳洗干净，玉兰片切薄片。

豌豆用开水氽一下，捞在凉水盆中过凉，再捞出控净水。

将酱油20克、料酒15克、精盐、味精、白糖、米醋、姜末、湿淀粉、黄豆芽汤、香油放入小碗中，对成芡汁。

3.将素肥肠切成1.5厘米宽的斜段，放在大碗中，加入酱油20克、料酒10克，拌匀入味。

把玉米粉放一平盘内，将素肥肠滚粘一层玉米粉。

4.将炒锅置于旺火上，倒入精制油，油烧至七成热时，分散放入素肥肠，炸至金黄色，连油倒入漏勺。

5.锅内留适量底油，上火烧热，放入木耳、玉兰片、鲜豌豆粒略炒数下，烹入芡汁，用手勺推炒至芡汁变稠并泛起大泡时，下入素肥肠，翻炒数下，出锅即可。

要点要使成菜外焦里嫩，汁明芡亮。

特点味咸鲜而略带酸甜。

<<新编家庭素菜518>>

编辑推荐

《新编家庭素菜518》是由河北科学技术出版社出版的。

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>