

<<新编家庭凉拌菜>>

图书基本信息

书名：<<新编家庭凉拌菜>>

13位ISBN编号：9787538014525

10位ISBN编号：7538014527

出版时间：2006-7

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：石赞

页数：249

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>

<<新编家庭凉拌菜>>

内容概要

凉拌菜品种繁多，具有鲜香脆嫩、无汤不腻、清凉爽口等特点，尤其是在夏天炎热之时或佐酒食用更是非常惬意。

为了帮助大家做好凉拌菜，本书特将大量适易家庭做的凉拌菜分为蔬菜类、肉类、水产品类、豆制品类、禽蛋类等几大类详细介绍了每道菜的主料、辅料的选择，制作方法和步骤，以及成菜的风味特点等。

且每一类凉拌菜中皆包括多种生料拌菜、熟料拌菜以及生熟料拌菜等。

本书分类详细，一目了然，好学易做，是一本不可多得的家庭生活必备书。

<<新编家庭凉拌菜>>

书籍目录

我爱凉拌菜 什么是凉拌菜 怎样做出一盘好吃的凉拌菜第一章 蔬菜类 成辣小白菜 速腌白菜帮 多味白菜 辣白菜条 酱拌白菜芯 白菜拌肉丝 糖醋白菜墩 椒香黄瓜条 辣脆黄瓜片 荆芥黄瓜片 芝麻酱拌黄
 粉丝拌黄瓜 香辣黄瓜 冰镇黄瓜 糖醋黄瓜 姜香黄瓜 香菜黄瓜 金钩黄瓜 奶油黄瓜 香皮黄瓜 蒜蓉拌
 瓜 杂味西瓜皮 凉拌瓜皮丝 酱汁瓜皮 麻脆瓜皮 西芹拌三丝 百宝芹菜 紫把芹菜 油炆芹菜 黄豆炆芹
 菜 香辣芹丁花生仁 椒泥茄子 豉汁蒜茄 麻酱茄泥 京拌茄子 束茄子丝 葱香茄子 香拌茄片 酸辣茄片
 蒜香茄泥 多味茄泥 土豆松 咖喱土豆丝 火腿土豆丝 红油土豆丁 土豆色拉 土豆椒丝 姜汁土豆 油土
 豆 多味土豆 五香土豆 香辣土凤 菠菜土豆 凉拌双豆 生仁萝卜 虾仁萝卜 多味萝卜 蒜蓉萝卜 红白萝
 卜 小葱萝卜 红椒萝卜 香菜萝卜 麻香萝卜 黄瓜萝卜 酱萝卜 甜辣萝卜 糖醋萝卜 绣球萝卜 香芥萝卜
 萝卜菠萝卷 葱油萝卜丝 酸辣萝卜丝 蒜香萝卜丝 麻辣萝卜丝 香拌红萝卜丝 葱香萝卜丝 芸豆萝卜丁
 香拌萝卜皮 青蒜酥萝卜 酸甜胡萝卜 面酱樱萝 鸳鸯双萝 凉拌五样 清拌三丝 什锦拌菜 芝麻油菜 芝
 麻菠菜 香辣菜芯 山楂菜芯 果酱菜芯 珊瑚菜芯 朝鲜泡菜 海米翡翠 香拌柿子椒 香辣黄瓜丁 青椒拌
 甘蓝第二章 豆制品类第三章 肉类第四章 禽肉禽蛋类第五章 海鲜水产类第六章 其他类

<<新编家庭凉拌菜>>

章节摘录

书摘咸辣小白菜 【主料】小白菜2000克，蒜300克，葱150克。

【辅料】精盐、辣椒面各适量。

【制作方法】将小白菜、蒜、葱分别择洗干净，控干水分。

将小白菜切成6~7厘米长的段，蒜拍散，葱切段，一起放盆内，加精盐、辣椒面，用手揉搓至小白菜出水、发蔫时，再用手压实，盖上盖，放常温下，1~2天后发酵出酸味时即可食用。

【风味特点】咸辣适口，适合夏季食用。

【小窍门】此菜适合夏季制作，冬天气温低，不易发酵。

速腌白菜帮 【主料】大白菜帮300克，胡萝卜150克。

【辅料】辣椒油10克，精盐10克，米醋15克，香油10克，味精2克。

【制作方法】将菜帮洗净，放入沸水内焯一下，捞出沥去水分，切成小方块或细丝，撒盐，加醋，拌匀后腌1天。

将胡萝卜切成细丝，与腌好的白菜帮拌在一起，放味精，淋上香油和辣椒油即成。

【风味特点】红白相间，香辣脆口。

【小窍门】尽量随吃随腌，避免放置时间过长而产生过多的亚硝酸盐。

<<新编家庭凉拌菜>>

编辑推荐

凉菜作为开胃菜，是热菜的先导，有荤、有素，或荤素结合，并随着季节的变化，其口味及色彩千变万化，引诱人们渐入美食佳境。

在筵席中，凉菜担负着“先声夺人”的重任，令人望而生津，增进食欲。

本书依据季节的变化及原料的性质分蔬菜、瓜果、豆蛋、畜禽、水产等五大类，介绍365款凉拌菜，图文并茂，简便易学，每天做一款，天天好心情。

《新编家庭凉拌菜》一书是面向千家万户的，按书中要求制作菜肴，既经济又实惠。动手制作经济实惠的菜肴，花钱少、吃得好，无疑是广大群众尤其是工薪阶层的心愿。

<<新编家庭凉拌菜>>

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>