

<<香辣炖补100锅>>

图书基本信息

书名：<<香辣炖补100锅>>

13位ISBN编号：9787538152920

10位ISBN编号：753815292X

出版时间：2008-1

出版时间：辽宁科技

作者：李洪啸

页数：96

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>

<<香辣炖补100锅>>

内容概要

现代人爱吃辣，爱到不辣不吃的程度。

香辣锅和水煮鱼等辣菜几乎成了流行菜的代名词。

中国人爱吃辣的历史悠久，辣椒是200年前才在中国广泛用于调味，在这之前，人们是用姜、桂皮、葱、蒜、芥末和茱萸等调料调出辛辣的味道。

孔子在《论语》里说：“不撤姜食。

不多食。

”他应该也是辣味的爱好者。

中国贵州是野生辣椒的原产地之一，贵州人是中国最早吃辣椒的人，他们吃的辣椒品种多，口感劲辣。

川北和云南边界等地区有一种辣椒，因为太辣不能吃，用一根线吊在灶上，汤做好后，将辣椒在汤里涮涮就足够辣了，因而叫“涮涮辣”。

不仅贵州、云南和四川人爱吃辣，湖南菜、湖北菜和江西菜中都有相当部分的辣味菜，近几年来怕辣的人虽然不少，但更多的是那些不怕辣、怕不辣和辣不怕的人，爱吃辣的队伍越来越庞大。

前几年起，一股强劲的“香辣风”席卷了全国的餐饮业，香辣蟹、水煮鱼、麻辣小龙虾和辣火锅等辣味菜肴竞相登场，至今热度不减。

香辣、麻辣、酸辣、甜辣和怪味辣，各种味道煮成浓浓香香辣辣的一锅美味，上面是红色的辣椒及青色的泡椒，顿时口中唾液横流，辣的诱惑难以抗拒，甚至在大快朵颐之后还要连汤或捞出的炸辣椒打包回家才算尽兴，真是把辣吃到极致。

《香辣炖补100锅》将热门香辣美味一网打尽，利用家常材料、小锅小灶，辅以地道的调味和烹制方法，把传统辣味菜、特色时尚辣味菜、民族风情辣味菜和一些异国情调辣味菜调理得酣畅淋漓，这样，不仅大大节省开支，也更好地把握了口感，而且更能够领悟到辣味的精髓。

辣椒对多种疾病具有防治作用，还能制成减肥饮料，可延缓人体衰老，但辣椒不可过量或过频食用，否则对人的味觉神经会造成损害，并剧烈刺激胃肠黏膜，引起胃疼、腹痛和腹泻等胃肠疾病，使痔疮出血恶化，还会影响肝脏和肾脏功能。

因此消化系统有问题的人及痔疮患者应少食或忌食辣椒。

辣椒大辛大热，火眼、牙疼、喉痛、咯血和疮疖等火热病症患者、阴虚火旺的高血压患者及肺结核患者等也应慎食。

<<香辣炖补100锅>>

书籍目录

香辣锅 1.新疆大盘鸡 2.炖牛肉粉丝 3.家常香辣虾 4.剁椒三黑煲 5.蒜烧鲶鱼 6.魔芋烧鸭 7.香辣蹄筋 8.青辣椒炖茭白 9.辣椒炖干明太鱼 10.银耳辣椒肉皮羹 11.青椒排骨煲 12.香辣烧芋头 13.香辣狗肉煲 14.青椒炖豇豆 15.辣椒炖白菜冻豆腐 16.豆瓣煨肘子 17.泡椒沙锅肥肠 18.辣烧排骨 19.香辣土豆烧牛肉 20.热辣羊杂煲 21.尖椒炖明太鱼 22.笋烧辣鸡翅 23.辣油鲍鱼 24.红油鹌鹑 25.香辣焖猪蹄 26.咕噜辣牛排 27.红辣瓦块鱼煲 28.烟笋烧鸭 29.剁椒焖鱼头 3.湘西土匪鸭麻辣锅 31.红辣海螺 32.鲜辣肠旺 33.麻辣牛筋 34.水煮鱼 35.麻辣狗肉 36.麻辣小龙虾 37.水煮牛肉 38.麻辣黄鳝煲 39.香辣蟹 40.东安子鸡 41.糊辣鱼 42.瞧妻鱼 43.麻辣肥肠 44.麻辣羊蹄酸辣锅怪味锅

<<香辣炖补100锅>>

章节摘录

插图：

<<香辣炖补100锅>>

编辑推荐

《香辣炖补100锅》由辽宁科学技术出版社出版。

<<香辣炖补100锅>>

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>