

<<家常菜大宝典（套装共3册）>>

图书基本信息

书名：<<家常菜大宝典（套装共3册）>>

13位ISBN编号：9787538441604

10位ISBN编号：7538441603

出版时间：2009-5

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：健康生活图书编委会

页数：861

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>

## <<家常菜大宝典（套装共3册）>>

### 前言

有人开玩笑地说，从古到今，人类问自己最多的一个问题就是“今天吃什么”。

以前是食物匮乏，不知道有什么可以吃；而现在是选择太多，挑花了眼。

八大菜系种类丰富，酸甜苦辣应有尽有，也难怪现在很多人为了吃一顿饭而犹豫不决了。

对于一日三餐，人们的要求越来越高，不但要色香味俱全，还要营养丰富、有益健康。

越来越多的人远离了酒店饭馆，走进了自己厨房的小天地。

无论是假日料理一顿大餐，还是下班后烹制一两道小菜，自己动手做出来的饭菜终归比在饭馆里吃得舒心。

厨房虽然是一个充满烟火气的地方，但也是家的一部分。

自己做饭的人，不正是喜欢这种“家”的感觉么？

您可能还是一个初下厨房的新手，也可能是深知其味的个中高手，不管属于哪一种，我们相信这套《家常菜大宝典》都会对您有所帮助。

在三位国家级烹饪大师的指导和帮助下，我们精选了数千道南北家常菜、营养煲汤和家常主食面点，并且录制了名师示范的烹饪教程，通过图文并茂的形式，解决您对于一日三餐中的困扰。

丰富而经典的菜例，详细具体的做法说明，以及长达300分钟的影音示范，都可以帮助您选择自己中意的美食，并且亲自动手享受美味。

内容丰富、简单实用、选择方便，这就是在制作本套菜谱时我们的初衷。

<<家常菜大宝典（套装共3册）>>

内容概要

汤煲宝典、家常菜宝典、主食面点宝典大宝典全面提供南北皆宜、好学易做的家常菜、家常汤煲、家常主食面点，宝典在手烹饪问题全部解决，从此您不用再为厨事烦恼，轻松做全家人都喜欢的大厨。

<<家常菜大宝典 ( 套装共3册 ) >>

书籍目录

汤煲宝典 滋阴润燥 肉蛋汤 时菜紫金骨汤 杞菊排骨汤 参竹老鸭汤 冬虫  
 夏草煲水鸭 灵芝蜜枣煲老鸭 墨鱼仔烧肉汤 珧柱瘦肉汤 乌骨鸡莼菜汤  
 黄芪鸭豆腐锅 鸽肉萝卜汤 淮山乌鸡板栗汤 红糟猪肉汤 猪肉白菜汤 花  
 生菇耳猪肚汤 椰汁螺头鸡汤 菌香狮子头 参果炖瘦肉汤 南北杏猪腱汤  
 酥肉烩全蘑 参须玉竹猪腱汤 果蔬汤 米露煮香芋地瓜 西梅番茄甜汤 小鱼  
 莲藕兰花汤 果蔬浓汤 海鲜汤 双宝海参汤 墨鱼油菜汤 黄瓜豆腐煲鱼尾  
 柱带煲蚝豉汤 鱼头玉竹汤 鱿鱼山药汤 清燥润肠汤 贝黄粉丝菜汤  
 莲豆煲鲫鱼汤 鲈鱼汤 花蛤清汤 菌豆汤 丝瓜平菇肉汤 草菇炖里脊  
 白蘑田园汤 豆腐笋丝蟹肉汤 荷兰豆煮豆腐干 补肾壮阳 润肺益气 美肤养颜 清热解  
 毒 强身健体 补心安神 暖身散寒 健脾开胃 养肝明目 降压降脂 健脑益智 延续衰老 控  
 制血糖 烹饪窍门 附录 索引家常菜宝典主食面点宝典

<<家常菜大宝典（套装共3册）>>

章节摘录

插图：

<<家常菜大宝典(套装共3册)>>

编辑推荐

《家常菜大宝典(套装共3册)》：超假促销价附赠时长5小时DVD光盘300分钟超大容量60道菜品详细操作过程演示炒菜基本技法详解煲汤工具介绍+汤底制法冷融装盘办法+15种将料制法家常菜一网打尽，超值礼品促销装附赠超大容量DVD光盘超值促销价：79.00元天天饮食一网打尽，家常菜大宝典精选奉送随书赠送价值26元超大容量“家常菜烹饪技法演示”、“经典家常菜例全程操作演示”DVD光盘让您一上手就成为厨房里的烹饪大师总价值达到105元的超值家常菜谱，您只相当于花费54元就可以拿回家。

每个单册图书均为全彩铜版纸精美印刷，每册的容量均相当于定价55元的同类图书购买大宝典您只相当于花费18元就将价值35元的菜谱带回家。

用买一《家常菜大宝典(套装共3册)》的价钱买回三《家常菜大宝典(套装共3册)》的内容。

您买回大宝典相当于买了六本菜谱书。

中国烹饪大师：何荣显中国烹饪大师、高级营养师：夏金龙中国烹饪大师、国家级营养师：金彪三位烹饪界知名从业者历时三年精选推荐。

三位中国烹饪大师历时三年精选推荐夏金龙中国烹饪大师、中国餐饮文化名师、中华名厨、国家高级烹饪技师、国家高级营养师、国家高级职业经理人、中国饭店业金牌总厨，中国十大最有发展潜力厨师，全国饭店业国家级评委。

何荣显中国餐饮文化大师，中国餐饮文化师一级评委，高级烹饪讲师，东方美食学院客座教授，现任长春市名厨协会主席。

40年来勤奋实践，已成为具有较深理论建树、丰富教学经验、较高操作技能的烹饪界名师。

金彪中国烹饪大师，国家高级烹饪技师，国家高级公共营养师，吉林省烹饪名师，中国食文化研究会会员，法国蓝带美食学会会员，吉林省烹饪协会副秘书长。

多次在全国烹饪大赛中荣获各类奖项。

3位国家级烹饪大师经过3年时间精挑细选，精选美味汤煲800例满足各种健康需要，喝出10种传统滋补功效与4种现代滋补功效名厨出手，指点125条方便实用、图文并茂的厨事小窍门复合式目录，“因人、因时、因地”3种食补功效查找一步到位功效检索、原料检索、汤煲器具检索，3种查找方式帮您最快时间找到所需好汤

<<家常菜大宝典（套装共3册）>>

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>