

<<经典家常菜>>

图书基本信息

书名：<<经典家常菜>>

13位ISBN编号：9787538450026

10位ISBN编号：7538450025

出版时间：2010-10

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：夏金龙 编

页数：255

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>

## <<经典家常菜>>

### 前言

中国的饮食文化有着数千年的历史，中国的烹饪艺术以其技艺精湛、花样品种繁多、色香味形器俱佳而享誉世界。

中华八大菜系各具特色，美味佳肴数不胜数，在此基础上形成的家常菜更是品种繁多，口味齐全，活色生香。

家常菜是人们日常饮食中的一个重要组成部分，与人们的生活息息相关。

美味可口的家常菜不仅可提供人们日常所需的能量和各种微量元素，而且对人们的身体健康起着不可估量的作用。

随着人民生活水平的不断提高，人们在解决了温饱以后，更加注重吃出健康、吃出营养、吃出品位、吃出花样，提倡平衡的膳食理念。

本套丛书为了满足人们日常饮食的需要，从品种繁多的各地方菜品中，精心挑选了多款具有代表性、操作简便、营养均衡、适宜家庭制作的美味佳肴菜谱，分《实用家常菜》《精编家常菜》《经典家常菜》三本书，介绍给喜爱美食的朋友们。

本套丛书面向普通家庭，每本书选取了350余款美味菜品，按照常用的烹调技法分为开胃爽口腌拌菜、味香醇厚熏酱菜、鲜香爽滑熘炒菜、外酥里嫩煎炸菜、清香原味蒸煮菜、软嫩浓厚焖炖菜、浓香适口烧烩菜、滋补营养汤煲羹、营养美味好主食9个部分。

书中的每道菜品菜谱，不仅有精美的成品彩图，更是针对制作中的关键步骤配以分解图片说明，让您更直观地理解掌握。

另外，我们还对每道菜品附加了操作时间、口味特点，让您心中有数，有针对性地选择操作，烹调出满足全家人口味的健康佳肴。

愿《实用家常菜》《精编家常菜》（《经典家常菜》能够成为您家庭生活的好帮手，让您每天轻轻松松地享受烹饪带来的乐趣。

## <<经典家常菜>>

### 内容概要

中国著名烹饪大师、营养专家以绿色健康、营养科学、家常易做为主题，为家庭精心打造的全新版实用居家烹饪手册。

九大类经典美食、350余款精选菜例，带您步入家庭烹饪的百花园。

菜肴选料广泛、南北皆宜，步步图解、易学易懂，营养搭配、科学健康，烹饪笔记、变化多多。

<<经典家常菜>>

作者简介

夏金龙，国际烹饪艺术大师，中国烹饪大师，中国餐饮文化名师，国家高级烹饪技师，国家高级公共营养师，国家企业二级人力资源管理师，中国饭店业金牌总厨，中国十大最有发展潜力青年厨师，全国餐饮业国家级评委，雀巢专业餐饮·大中华区厨艺顾问，法国国际美食会大中华区

<<经典家常菜>>

书籍目录

经典菜肴面面观开胃爽口腌拌菜味香醇厚熏酱菜鲜香爽滑熘炒菜外酥里嫩煎炸菜清香原味蒸煮菜软嫩  
浓厚焖炖菜浓香适口烧烩菜滋补营养汤煲菜营养美味好主食原料索引

## &lt;&lt;经典家常菜&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：川菜又称四川菜，是我国最具特色的地方风味菜之一。

川菜源远流长，作为中国四大菜系之一，在烹饪史上占有极其重要的地位。

川菜取材广泛，调味多变，菜式多样，口味清鲜，醇浓并重，以善用麻辣著称，以其别具一格的烹调方法和浓郁的地方风味享誉中外，除了在国内南北各地广为流行外，还流传到东南亚、欧美等国家及地区，是我国地方菜中辐射面较大的菜系之一，成为中华民族饮食文化中一颗璀璨的明珠。

川菜烹饪文化历史悠久，根据考古资料证实，早在五千年前，巴蜀地区已经有了早期烹饪，而川菜也起源于古代的巴国和蜀国。

两宋时期，川菜已经进入汴京（开封）和临安（杭州），在北宋被称为“川饭”，这些“川饭”主要经销“插肉面、大燠面、大小抹肉淘、煎燠肉、杂煎事件、生熟烧饭”等大众化的饮食。

明末清初，川菜运用辣椒调味，对早期形成的“尚滋味”“好辛香”的调味传统有了进一步发展，与此同时大批外籍官员带厨师入川，也带来各地的名馐佳肴和饮食风尚，川菜得以吸收南北名家烹饪之长，逐渐形成了一套成熟而独特的烹饪艺术。

川菜从源流上可有多种说法，如旧时四川人按照地域来划分流派，分为上河帮（以成都、绵阳为中心），下河帮（以重庆、万州为中心），小河帮（以自贡、宜宾为代表）。

现在人们习惯称呼“上河帮”为“川西派”，“下河帮”为“川东派”，“小河帮”为“川中派”。

地区流派不同，川菜的风味特色也略有差异，总的来讲，“川东菜”辣中见麻，一麻而百味生；“川中菜”辣中见燥，突出香辣；“川西菜”辣中见鲜，突出口感的润性。

除了按照流派分类外，川菜的菜式丰富，其主要由高级宴会菜式、普通宴会菜式、大众便餐菜式、家常风味菜式和火锅、风味小吃六个部分组成。

六个部分之间既各具风格特色，又互相渗透和配合，形成了一个完整的四川菜体系。

高级宴会菜式烹制复杂，工艺精湛，原料一般较多采用山珍海味，配以时令菜蔬，要求品种丰富，调味清鲜，色味并重，形态夺人，气派壮观。

普通宴会菜式要求就地取材，荤素搭配，汤菜并重，加工精细，经济实惠，朴素大方。

大众便餐菜式以烹制快速、经济实惠为主要特点。

家常风味菜式要求取材方便，操作易行，如著名的回锅肉、盐煎肉等，是深受大众喜爱又是食肆餐馆和家庭大都能够烹制的菜肴。

火锅是从古代的“鼎”逐渐演化而来的。

<<经典家常菜>>

编辑推荐

《经典家常菜(升级版)》：超值回馈，升级版。

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>