第一图书网, tushu007.com

<<新编实用厨房小窍门1000例>>

图书基本信息

书名：<<新编实用厨房小窍门1000例>>

13位ISBN编号：9787542723895

10位ISBN编号：7542723898

出版时间：2009-8

出版时间：《天天家常菜》编委会 上海科学普及出版社 (2009-08出版)

作者：《天天家常菜》编委会 编

页数：191

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

前言

厨房这个小小的方寸之地，既是食尚生活的幸福之源，又是快乐掌勺人的表演舞台，如何让这方小天地变成令您轻松愉悦、游刃有余的留恋之地呢?从您翻开本书的这一刻起，您将慢慢享受到厨房带来的美妙生活。
柴米油盐，让生活有滋有味开门七件事——柴米油盐酱醋茶，这是我们生活最基本的保障，也是生活中最繁琐的事情。
厨房中总有些令人措不及防的状况出现，往往使人焦头烂额。
忙里忙外了一整天，就为准备一顿饭菜，而有时饭菜的味道还会令人失望。
本书将结束您的厨房“噩梦”，教您用最短的时间做出一桌最美味的佳肴，将大厨不传的烹饪秘诀、调味技巧以及挑选、保存的小窍门汇聚此处，让您的厨房生活一步步走向轻松惬意。
锅碗瓢盆，奏响厨房交响乐享受一餐美味后，杂乱的厨房环境一定令您感到心烦意乱。
厚重的油烟污染了厨房的边边角角，原本崭新的器具变得乌乌涂涂的：瓶瓶罐罐高高低低，盆盆勺勺大大小小……原本的好心情变得一塌糊涂。
其实，只要就地取材，趁热打铁，厨具、餐具立刻变得晶晶亮；废物利用，因地制宜，厨房一样可以“秩序井然”。
“叮叮当当”收拾着厨房的锅碗瓢盆，奏响厨房悦耳的交响乐。
煎炒烹炸，蒸焖炖煮，样样精通烹饪中的十八般技法您一定想一下子全部学会，本书将大家在日常生活中积累、研究、挖掘出的私家窍门，通过验证、提升分门别类进行介绍，让这些充满智慧的妙招带您脱离束手无策的困境，不仅让您拥有资本去大显身手，还能让您快节奏的生活变得趣味盎然。

内容概要

厨房这个小小的方寸之地，既是食尚生活的幸福之源，又是快乐掌勺人的表演舞台，如何让这方小天地变成令您轻松愉悦、游刃有余的留恋之地呢？
从您翻开《新编实用厨房小窍门1000例》的这一刻起，您将慢慢享受到厨房带来的美妙生活。
柴米油盐，让生活有滋有味　　开门七件事——柴米油盐酱醋茶，这是我们生活最基本的保障，也是生活中最繁琐的事情。
厨房中总有些令人措不及防的状况出现，往往使人焦头烂额。
忙里忙外了一整天，就为准备一顿饭菜，而有时饭菜的味道还会令人失望。
本书将结束您的厨房“噩梦”，教您用最短的时间做出一桌最美味的佳肴，将大厨不传的烹饪秘诀、调味技巧以及挑选、保存的小窍门汇聚此处，让您的厨房生活一步步走向轻松惬意。
锅碗瓢盆，奏响厨房交响乐　　享受一餐美味后，杂乱的厨房环境一定令您感到心烦意乱。
厚重的油烟污染了厨房的边边角角，原本崭新的器具变得乌乌涂涂的：瓶瓶罐罐高高低低，盆盆勺勺大大小小……原本的好心情变得一塌糊涂。
其实，只要就地取材，趁热打铁，厨具、餐具立刻变得晶晶亮；废物利用，因地制宜，厨房一样可以“秩序井然”。
“叮叮当当”收拾着厨房的锅碗瓢盆，奏响厨房悦耳的交响乐。
煎炒烹炸，蒸焖炖煮，样样精通　　烹饪中的十八般技法您一定想一下子全部学会，本书将大家在日常生活中积累、研究、挖掘出的私家窍门，通过验证、提升分门别类进行介绍，让这些充满智慧的妙招带您脱离束手无策的困境，不仅让您拥有资本去大显身手，还能让您快节奏的生活变得趣味盎然。

书籍目录

Part 1 食材的加工与处理洗洗切切，轻松上手14 如何清洗蘑菇表面的泥沙／巧去木耳污物／巧除菜叶上的小虫和虫卵／怎样洗葡萄更干净／不用洗洁精也能洗净菜／如何洗刷蔬果更干净15 巧切洋葱不流泪／巧切辣椒不辣手／彻底去除农药残留／切出“爱心”来／巧切蓑衣黄瓜16 巧切竹笋／好刀法使鲜蘑菇入味／如何除掉桃毛／快速切土豆丝的妙招／利用牙签切黄瓜片／苦杏仁如何才能去污17 如何把蛋切得整齐不碎／巧切松花蛋不粘刀／用醋清洗猪肚效果好／巧洗猪舌、牛舌／如何去猪肝内的污物／大厨教您去除猪肺腥味18 猪肠清洗的妙招／如何清洗咸肉／切肉片怎样防止粘刀／肉切丝、切片的妙招／巧切牛肉／如何切牛柳19 切猪肝要掌握好时间／巧切肥肉／怎样切猪肉／正确切爆炒肉片的肉／切出美丽肉冻20 肉丝菜丝不要切得过细／剁肉不粘刀的方法／让熟肉整齐美观的切法／兔肉在烹调前要用清水浸泡／鸡片可以这样切／片鸭片的方法／如何切鱼不打滑21 如何将鸡腿切成鸡丁／怎样除去鱼体黏液／如何去除螃蟹的内脏／怎样去除海蜇皮的泥沙／怎样去除泥鳅体内泥土22 漂洗冷冻海虾仁的技巧整鱼是怎样切咸鱼片的如何处理胖头鱼头螃蟹切开的要点23 巧切大鱼／如何漂洗贝类／手把手教你处理鲜鱿鱼24 9种家常切法分步图解最简单的去皮取肉小妙招26 番茄剥皮的妙法／怎样去山药皮才不痒手／巧去枣核／教你巧剥土豆皮／巧借小工具剥橙／这样剥蒜最轻松27 韭菜、圆白菜怎么去农药／巧剥皮蛋的妙招／剥出完整的核桃仁／快速剥出完整鸡蛋／让蛋清蛋黄巧分家28 巧去虾线／贝类去壳的妙招／高手教您处理泥鳅／怎样快速剥去生板栗皮／快速剥除鱿鱼皮／去除带鱼的白膜29 怎样做脱骨凤爪／妙取蛤蜊芽／巧剥墨鱼皮／巧刮鱼鳞有妙招／加工黄花鱼前需用筷子除净内脏食材回鲜，健康饮食30 防止油炸花生米回潮／怎样使橘子变甜／怎样使萎缩的苹果复鲜／巧用柠檬汁返鲜变色的苹果／凋萎的蔬菜返鲜法31 空心萝卜如何返鲜／制作久存不腐的香脆腌辣椒，返鲜青豆仁的妙招／老香菇变嫩法／让老白菜帮变鲜嫩32 剩米饭返鲜的妙招／奶粉变潮放块方糖可以吸湿／潮饼干变酥脆的窍门／受潮茶叶如何复鲜／巧用碎豆腐33 用盐水帮豆腐保鲜／如何让干奶酪变柔软／陈米变新鲜的方法／回锅油澄澈透明／巧用生姜返鲜冻肉／面包、馒头回软的妙招34如何使咸肉复鲜／巧使久置的牛肉变美味／芥末可使老牛肉返嫩／醋可使老鸡肉返嫩／老鸡肉返嫩不妨加黄豆／冻鸡鸭返鲜全靠姜35 肉鸡变土鸡的方法／肉类可使老鸭肉返嫩／巧用醋让冻鱼变得更鲜／用盐沸水保鲜鱼肉／牛奶可以使冻鱼回鲜／巧使黄馒头蛮白嫩生鲜解冻，大厨支招36 如何用微波炉解冻食物／高手教您解冻大葱／冻梨解冻妙招／高手教您妙解冷冻炒饭37 您会解冻牛排吗／如何解冻炸鸡腿、炸鸡块／整条鱼如何解冻／冷冻烤鱼简单解冻／鱼虾的解冻方法／贝类食物如何解冻去除异味，菜肴增香38 苦瓜味道太苦怎么办／黄瓜苦涩一招除／做鲜笋怎样防苦／做出爽口的蔬菜沙拉／去菠菜苦涩味39 拌出营养好吃的黄瓜／怎样使山药脆爽不黏稠，豆腐异味去除法／让豆芽好吃没有豆腥味，烹调白菜保持鲜香的方法，豆腐腥昧去除法40 怎样去除圆白菜的异味／让香椿清香四溢／去除鲜黄花菜的有毒物质使海带柔软可口的技巧／巧除面条的碱味／巧去米饭焦煳味41 巧去猪腰的腥味／怎样去除羊肉的膻味／巧除鸡爪的腥味／冻鱼如何做得鲜嫩无腥味／如何去除海产品干货的腥味千货泡发省时省力的小妙招42 干货如何泡发才能减少营养素的损失／口蘑的泡发技巧／干香菇的泡发／黄花菜的泡发小技巧／笋干的泡发技巧43 巧泡莲子／怎样提高木耳的涨发率／元蘑的泡发技巧／白果的泡发技巧／干货巧泡发减少营养素的损失／银耳的泡发技巧44 百合的泡发技巧／怎样泡透蹄筋／泡粉条的适宜水温／玉兰片的泡发小技巧／腐竹泡发技巧／怎样泡米粉软而不烂45 巧发西米／如何掌握泡糯米的时间／快速涨发干猪皮／海带泡发技巧／巧发鱿鱼46 泡发鲍鱼干的技巧／泡发墨鱼的技巧／泡发干贝的技巧／冻海参需要泡发吗／泡发海参的妙法47 蛏子干的泡发技巧／泡发海蜇妙法／海米的泡发技巧／海参泡发的禁忌／鱼肚的泡发技巧／泡发鱼翅的方法绝妙焯烫，美味的关键48 如何焯烫大白菜／吃苦瓜前先焯水／焯出清脆爽口的芥蓝／焯烫胡萝卜的方法／如何焯烫菠菜49 如何焯烫木耳／如何焯烫干海带／焯烫猪蹄的方法／鸡肉怎样焯烫／煮蛋应凉水下锅挂糊上浆有门道50 蛋黄挂糊的技巧／如何用蛋清挂糊软炸类食物／用整个蛋如何挂糊／挂糊要注意调味品的添加次序／拔丝苹果该如何挂糊51 清炸菜肴的干粉糊要现拍现炸／肉片上浆前要先用清水浸泡／炸猪排选用哪种挂糊方法／虾仁上浆前要用盐腌渍一下／鱼片上浆要浓些／鲜贝上浆的要领Part 2 烹饪秘诀与细节大厨不传的肉菜烹调诀窍52 炒肉菜何时放盐最好／炒肉最好放少许花椒朋巴肉油腻不妨加点豆腐乳／如何让浆过的肉片不粘锅，巧加油炒挂浆肉片不粘锅53 剁肉蓉时应加少许肥肉／五花肉如何卤得软嫩／猪肉忌用热水浸泡／炝肉如何做才筋道可口，火

腿宜煮不宜炒54 白切肉如何煮得熟嫩适中／猪排如何炸出外酥里嫩的口感排骨怎样判断是否烤熟／糖醋排骨要如何做才酥脆好吃／肉排要如何煎才不会粘锅55 肉馅蒸时如何避免粘住蒸盘／肉丝如何炒得滑嫩入味／怎样煮骨头才不流失骨髓／里脊肉的炸、煎料理秘诀／肉丸子如何避免散裂无弹性56 炒肉不缩水的妙招／炖肉汤用海带去沫／炒出好看又好吃的肉丝、肉片／怎样煎出好吃的排骨／怎么炒不油腻的回锅肉57 如何去除咸肉的臭味／猪蹄如何卤得滑嫩不腻／炖肉醇香料是关键／怎样炸出不缩且酥脆的猪排／掌握肉类的最佳烹调期58 做出好吃的咕咾肉／如何处理猪肝、猪心、猪肠／煮肉和加水之间的门道／自制叉烧肉／煮出易咬又好吃的猪肚59 炒出肉质爽口的猪肚／木瓜子让牛肉更柔软／怎样做好吃的扣肉和肘子／怎样炒猪肝才能鲜嫩60 涮羊肉选料有讲究／炒腰花如何增香／巧妙去除肥肉的腻味／菜扒猪手注意加温时间长短／怎样去掉肉中胆固醇／煲出最好吃的猪骨粥61 炖出有味牛肉的秘诀／如何让牛肉易熟易烂／制作又嫩又入味鸡胗的小窍门／去除牛肝异味的两种方法，炖牛肉时不要加锅盖62 怎样炖牛肉熟得快／使红烧牛肉增味／炖牛肉加茶叶味会更美／烹调咖喱牛肉加椰奶的妙处／怎样巧炒牛肉63 防止烤肉又焦又硬／牛脑、猪脑要去筋洗血污以去除异味／如何做英式焖牛肉／怎样使便宜牛肉变成高级牛排／烧酒牛肉浸时越长越好64 烧牛肉不缩的技巧／如何去除羊肉的膻味／快炒孜然羊肉65 如何炖鸡汤更有味／怎样炸鸡串／老鸡、老鸭怎么做才易烂／炸出美味鸡块／用啤酒炖鸡味道好烹调蔬果必知美味技法66 怎样留住蔬菜中的维生素／炒蔬菜前把表面的水沥尽／高手教您烹制茭白的妙招／炒蔬菜应加热水炒／脆嫩爽口的炒菜花67 白菜如何烹出鲜香味／炒菠菜去涩味有高招／油菜、空心菜宜用大火爆炒／巧捣土豆泥／巧加水可避免蔬菜烧焦／炒洋葱加白葡萄酒不易炒焦68 烹土豆的诀窍／毛豆去皮的小窍门／番茄炒蛋如何不出水／受冻的蔬菜怎样食用／巧吃萝卜69 炒、煮蔬菜保持漂亮色泽／圆白菜要先切后洗／青椒刺孔避免油爆／保持青椒的鲜脆／巧做清香的虎皮青椒70 巧吃竹笋／炒茄子的4种好方法／烧茄子少用油的方法／炸茄合有妙法／巧吃鲜藕71 如何除茄锈／如何保持茄子的色泽／煮土豆颜色洁白完整不碎／炒土豆如何快速熟软／怎样炒土豆丝脆嫩爽口／教你做金丝缕缕的拔丝菜肴72 烹调白菜保持鲜香的方法／实心芹菜、空心芹菜的不同烹饪妙招／烹炒圆白菜留住营养的妙招／怎样炒出清脆可口的苋菜／蒜薹脆嫩且提升营养的炒法73 新鲜黄花菜烹制前要做的工作／如何炒出清脆爽口的芥蓝／大厨教您去除芦荟的苦味／韭菜、韭黄的烹饪技法／苘蒿宜与肉、蛋等荤菜同炒／蔬菜表面有水适合炒菜吗74 烹制番茄的妙招／烹调莴笋的小妙招／怎么炒丝瓜才不变色／南瓜如何烹制才更好吃／巧炒豆腐不碎的小窍门75 炸薯片的小窍门／妙招教你炒洋葱／如何烹制出好吃的腰杲／烹制莲子的技巧／烹调菠萝不可不知的几个细节／菜肴熟后淋沸油增色增香味做出鲜美水产的妙招76 烧鱼怎样入味／怎样烧鱼最有营养／蒸出的鱼体形美观／如何防止烤鱼时鱼皮与网架粘连／巧除鱼胆苦味77 煎出鱼体完整的鱼／炒出鲜嫩完整的鱼片／妙法炸鱼，油不变色／巧制美味鲫鱼汤78 炸鱼怎样增香／制作烤鱼的窍门／蒸鱼时如何保持鱼肉鲜嫩／糖醋鱼如何做，鱼肉才不会散掉／如何在烹制过程中预防鱼皮缩胀／清蒸鳜鱼的注意事项79 如何将鱼片炸得更美味／涮火锅的鱼肉最好煮上十几分钟／让鱼更鲜美的妙招／黄鱼不剖肚，别忘撕头皮／如何去除带鱼的腥味／烹制鳝鱼不宜炸／烹制鳝鱼宜用蒜80 裹面粉煎鱼易酥烂／如何做出鲜美鱼丸／怎样氽虾丸、鱼丸光滑爽嫩／如何去除河鱼的土腥味／鳕鱼如何炸得外酥里嫩／熬鲫鱼汤的窍门81 妙法煮鱼，酥软又可口／烹制鳝鱼有技巧／大厨教您烹调鲍鱼的技巧／如何烹制出鲜美的三文鱼／鱿鱼如何炒得更美味／女口何炒鱿鱼才能卷起来82 炒虾仁又大又鲜脆的秘诀／虾皮怎样食用／高手教您炒虾仁／虾球如何炸得香酥有弹性／大厨教您炒田螺的妙招83 虾仁炒蛋如何做得虾脆蛋滑／炒出恰到好处的蛤蜊／螃蟹熟了吗／海蟹宜蒸不宜煮／蒸蟹不掉脚的诀窍／煎出美味虾饼的小窍门主食面点制作一点通84 花样杂粮饭美味又营养／怎样使硬饭变软／快速发面的窍门……Part 3 食材的选购与储存Part 4 清洁厨房、厨具Part 5 厨房节能小窍门Part 6 厨房禁忌要牢记附录

章节摘录

插图：做凉拌菜时，如果醋放多了菜肴的味道太酸，不妨放入～个捣烂的松花蛋，这样便可有效减轻醋的酸味。
如果是炒菜时醋放多了，可适当延长烹炒的时间，因为醋的酸味很容易挥发。
酱菜太成巧处理北方的酱菜口味多以咸香为主，为了延长酱菜存放的时间使之不变质，很多人在制作酱菜时都会多放盐，使酱菜的口味太咸影响食用。
这时，可以把酱菜的主料捞出，用水冲洗一下然后切成丝，加少量糖或料酒拌匀，最后再放入密封罐里，封上几天以后再吃，这样处理过的酱菜吃起来咸味就会变淡了，非常可口。
橘皮的妙用①把鲜橘皮放淡盐水中焯一下，褪去涩味，切成丝或丁，放在蜂蜜中浸渍10天左右，吃起来清甜可口，开胃生津。
②烧鱼、烧肉时，放入1～2块橘皮，可去腥除腻，使鱼肉味道格外鲜美。
③泡茶时投入一块橘皮，不但茶水清香爽口，且有润肺祛痰的作用。
④将橘皮切成小块，用蜂蜜或白糖腌渍，15天后可作为包子甜馅的配料。

编辑推荐

《新编实用厨房小窍门1000例》是由上海科学普及出版社出版的。
奇招妙计●大厨支招，助您烹饪美味佳肴●高手经验，帮您打理厨房家务●窍门在手，让您享受轻松生活

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