

<<就爱这口鲜>>

图书基本信息

书名：<<就爱这口鲜>>

13位ISBN编号：9787543686021

10位ISBN编号：7543686023

出版时间：2012-8

出版时间：青岛出版社

作者：张恕玉

页数：222

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>

## <<就爱这口鲜>>

### 内容概要

面对种类繁多的生鲜，很多人感觉无法下手：如何处理干净？  
怎么烹制不损失营养又美味？

本书详细分析47种生鲜食材，用精美的成品图、详尽的制作步骤图示、贴心的食疗功效、富有生活情趣的“闲话”、超级实用的“绝活”，把你从理论到操作都武装起来，让你想不成为厨房里的一把手都难！

让我们仔细阅读本书，再抄起家什，奔向厨房实践吧！

## <<就爱这口鲜>>

### 作者简介

本书主编张恕玉为中国烹饪大师，中式烹调高级技师，餐饮业国家一级评委，国家技能竞赛裁判员，中华金厨，山东烹饪协会理事，青岛尊和集团副总裁，编著出版了《美味热炒》《山东特色菜》《吃鱼》《吃虾蟹贝》《鸡鸭鹅鸽菜典》《鱼虾蟹贝菜典》等多部书籍，其中《鱼虾蟹贝菜典》荣获第13届“世界美食图书金奖”。

<<就爱这口鲜>>

书籍目录

软体类生鲜汇总

10 常见蛤蜊品种

11 其他常见贝类

12 头足类海鲜

13 常见螺类

软体类生鲜美味菜品

蛤蜊(蛤蜊、文蛤、毛蛤)

15 鲜蛤蜊预处理

15 干蛤蜊预处理

16 微波蛤蜊

17 辣炒蛤蜊

18 蛤蜊疙瘩汤

20 韭菜煮蛤蜊肉

21 文蛤蜊炖豆腐

22 文蛤西红柿煲仔饭

24 文蛤蒸蛋

26 毛蛤蜊拌黄瓜

27 香菜拌毛蛤蜊

28 姜汁毛蛤蜊

30 毛蛤蜊拌菠菜

蛭子

32 蛭子预处理

33 芹菜拌海蛭

34 梅汁泡蛭子

36 尖椒炒蛭子

37 生汆小蛭

38 葱油蛭子

牡蛎

40 黑椒软煎牡蛎

41 香烤牡蛎

42 麦冬牡蛎烩饭

鲍鱼

43 红烧鲍鱼

44 家常拌鲍鱼

45 金蒜烤鲜鲍

扇贝、干贝

46 扇贝预处理

47 干贝预处理方法

47 干贝预处理方法

48 油泼扇贝

49 菠菜扇贝

50 豉蚝蒸扇贝

52 干贝枸杞白菜煲

53 干贝蟹肉炖白菜

54 干贝冬瓜汤

## &lt;&lt;就爱这口鲜&gt;&gt;

## 北极贝

55 小拌北极贝

56 捞汁北极贝

## 贻贝、淡菜

59 家常海红

60 海红西葫芦汤

62 海红炒甘蓝

63 韭菜炒淡菜

64 淡菜茼蒿汤

## 鱿鱼

67 鲜鱿鱼预处理

67 干鱿鱼预处理

68 闽南鱿鱼

70 美极鲜鱿豆腐

72 干煸鱿鱼丝

73 山药鱿鱼汤

74 卤水鱿鱼

## 章鱼

76 章鱼预处理

77 柠檬章鱼土豆沙拉

78 老厨八爪鱼

79 酱爆八带

80 蒜香八带

## 墨鱼

82 墨鱼预处理

83 芹香墨鱼丝

84 黄豆芽煲花枝

85 墨鱼炖鸡

86 川式墨斗鱼

87 辣子炒墨鱼仔

## 比管

88 比管预处理

89 比管炖豆腐

90 西芹炒比管

## 海螺

91 海螺预处理

92 椒麻海螺片

93 韭菜炒海螺

94 葱拌活海螺

96 盐爆海螺

## 香螺

97 酱香螺

98 醉香螺

99 香辣香螺

## 田螺

100 葱拌田螺

101 姜末田螺

## &lt;&lt;就爱这口鲜&gt;&gt;

- 102 辣椒炒田螺
- 虾蟹类生鲜汇总
- 104 常见海水虾品种
- 105 常见淡水虾品种
- 106 虾制品大全
- 106 常见螃蟹品种
- 虾蟹类生鲜美味菜品
- 海水虾（对虾、基围虾、琵琶虾、北极虾、龙虾）
- 108 虾预处理
- 108 取虾仁
- 108 北极虾预处理
- 109 千岛对虾
- 110 鲜虾酱汤面
- 112 宫保虾仁
- 114 油焖大虾
- 115 盐水基围虾
- 116 美极基围虾
- 118 白灼基围虾
- 119 黄瓜拌虾虎肉
- 120 椒盐琵琶虾
- 122 芦笋拌琵琶虾
- 123 淮山玉米粒甜虾汤
- 124 香辣北极虾
- 126 龙虾刺身
- 淡水虾（青虾、小白虾、河虾、小龙虾）
- 128 小龙虾预处理
- 129 卤水青虾
- 130 虾仁冬瓜水饺
- 132 青虾炒韭菜
- 133 炸小白虾
- 134 炸凤尾虾
- 136 酱爆河虾
- 137 湘式拌河虾
- 138 香辣小龙虾
- 139 爆炒小龙虾
- 140 白灼小龙虾
- 海米
- 141 海米预处理
- 141 海米拌芹菜
- 142 海米上汤娃娃菜
- 144 海米烧冬瓜
- 虾干
- 145 大白菜拌虾干
- 146 丝瓜虾干煮芋艿
- 148 虾干炒掐菜
- 虾皮
- 150 虾皮卷心菜馅饼

## &lt;&lt;就爱这口鲜&gt;&gt;

- 151 老虎菜
- 152 虾皮粉丝萝卜汤
- 虾子
- 154 虾子烧茼蒿
- 155 虾子白菜汤
- 虾酱
- 156 虾酱煎仔鸡
- 157 渔乡蒸虾酱
- 158 虾酱烧豆腐
- 海水蟹（石夹红蟹、梭子蟹）
- 160 螃蟹预处理
- 161 清蒸石夹红蟹
- 162 葱姜炒螃蟹
- 164 铁板梭子蟹
- 淡水蟹（小螃蟹、大闸蟹）
- 167 油泼小螃蟹大闸蟹
- 168 大闸蟹炒年糕
- 170 梅子蒸蟹
- 172 湘味大盘蟹
- 174 香辣蟹
- 其他美味生鲜汇总
- 其他美味生鲜菜品
- 海肠、沙虫干
- 178 海肠预处理
- 179 香菜拌海肠
- 180 小白菜炒海肠
- 181 韭黄炒海肠
- 182 沙虫瘦肉粥
- 183 芡实莲子沙虫汤
- 海参
- 185 活海参预处理
- 186 五彩意面海参
- 187 大蒜海参粥
- 188 清炖鸡参汤
- 189 鹌鹑蛋海参
- 190 葱烧海参
- 海蜇
- 192 肉香蜇头
- 193 菠菜拌海蜇
- 194 海蜇拌双丝
- 195 海蜇百合汤
- 196 海蜇粥蟹柳
- 197 蟹柳西兰花
- 198 蟹棒玉米芹菜汤
- 199 香菇蟹柳烩饭
- 海胆
- 200 挖海胆步骤

<<就爱这口鲜>>

- 200 海胆蒸蛋
- 202 海胆粥
- 海星
- 203 蒸海星
- 204 海星青菜蛋羹汤
- 银鱼
- 206 香葱拌银鱼
- 207 松子银鱼拌饭
- 208 银鱼煎蛋
- 鱼皮
- 209 三丝鱼皮
- 210 老干妈煸鱼皮
- 海藻（海带、紫菜、裙带菜）
- 211 冰爽海藻
- 212 海藻胡萝卜豆渣饼
- 214 海带炖排骨
- 215 芝麻拌海带丝
- 216 清炒海带
- 217 海带粥
- 219 紫菜菠菜卷
- 220 紫菜海米蛋汤
- 221 蒜拌裙带菜
- 222 茶树菇拌裙带菜



<<就爱这口鲜>>

#### 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>