

<<鱼我所欲也>>

图书基本信息

书名：<<鱼我所欲也>>

13位ISBN编号：9787807407881

10位ISBN编号：7807407883

出版时间：2011-11

出版时间：上海文化出版社

作者：萨巴蒂娜 编

页数：200

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>

<<鱼我所欲也>>

内容概要

在过去生活还不是很富足的时候，家里能吃到鱼的次数不多、花样也不多，但是那股小时候的味道，能够让人一直留恋至今。

鱼肉的细嫩，造就了它无与伦比的包容能力，不管是调料的味道、酱汁的味道，还是其他食材的味道，它统统都能和自己融为一体，且变化多端。

《鱼我所欲也》是献给聪明人、漂亮人、馋嘴人的一本关于鱼的美食圣经。

吃鱼的人从来不长胖，吃鱼的人皮肤一直很水嫩，吃鱼的人脑子永远灵光……在这本书里，爱吃鱼的人可以找到N种花样来做鱼、吃鱼、享受鱼之我所欲。

书中有包括鱼头、鱼身、鱼尾、鱼皮、鱼肚、鱼籽、鱼骨等烹饪方法及吃法的全面详解，让喜鱼者亲眼、亲手、亲口体验鱼的七十二变。

<<鱼我所欲也>>

作者简介

主编：萨巴蒂娜

前IT白骨精，后改行进入传媒领域，现任《都市丽人·美食堂》执行主编，只做国内最好的美食杂志和丛书。

出版过20多本国内最畅销的美食食谱，写过小说《厨子的故事》，散文《美味关系》。

最好的销售成绩是在2007年度当当网美食类图书销量排行榜上占据了前15名的11名。

热爱美食媒体这个行业，为之服务终生亦不悔。

杂志介绍：美食堂

《美食堂》目前已经是国内发行量最大、影响力最大的美食杂志，月发行量在40万左右。

在上海可以做到99%的报刊亭都有《美食堂》杂志。

它是一本以健康美食，新鲜生活为导向的时尚美食杂志，为读者提供各种潮流美食资讯、健康美食食谱和实用餐饮信息，传递健康、平衡、时尚的生活理念。

<<鱼我所欲也>>

书籍目录

最爱鱼儿真鲜本味

16. 经典蒸功夫——葱油彩椒蒸鲈鱼
18. 矜持即贪婪——香菇蒸鳕鱼
20. 融化在鲜美的怀抱——奶汤鲫鱼
22. 喝粥还是吃鱼——生滚鱼腩粥
24. 给懒人解馋——生煎龙脷鱼柳
26. 简单到家了——鱼片味噌汤
28. 一缕难得的椒香——椒香鱼柳
30. 好吃容易吃——干炸带鱼
32. 慢慢释放的原汁原味——蚝豉蒸海鳗
34. 嘴馋手懒照吃不误——香煎鲛鱼段
36. 领略盐的魅力——盐烤秋刀鱼
38. 不可错过的一口鲜——清蒸多宝鱼
40. 意味非凡的双重香气——银鱼薏仁汤
42. 补气补血——黑豆鲤鱼汤
44. 调料靠边站——葱香龙头鱼汤
46. 蚕豆不是来争宠的——蚕豆鱼片汤
48. 丝缕真鲜——海发菜银鱼羹
50. 永远比想象中细腻——三文鱼刺身

从小吃到的经典

54. 最爱大口吃——红烧带鱼
56. 越嚼越香——焖酥鱼
58. 炸一大盘，只给自己——干炸小黄鱼
60. 鲜美藏在酒香后——糟熘鱼片
62. 下饭一流——家常武昌鱼
64. 江南婉约一派——西湖醋鱼
66. 北国风土味——侉炖鱼

让鱼肉五味俱全

70. 酸酸甜甜就是你——茄汁鱼
72. 被脆皮迷倒——脆皮浇汁糖醋鱼
74. 啤酒化鱼香——啤酒烧鱼块
76. 活色生香——柚子烤鳕鱼
78. 让一桌菜都惬意起来——五香熏鱼
80. 芹菜不安分——香芹鲷鱼片
82. 让人想要独占的美味——雪菜黄鱼汤
84. 另一个吃肉的理由——米鱼干烧五花肉
86. 无法抗拒的鲜甜——煎烧鳗鱼
88. 天生的香气——洋葱烧鲳鱼段
90. 别只盯着中段——红烧青占鱼
92. 咬一口，想一盘——糖醋剥皮鱼
94. 越抱越有味——三抱鲈鱼蒸肉
96. 黄鳝的火辣搭档——辣椒炒黄鳝
98. 最懂得包装的鱼——锡纸包鲈鱼
100. 只等一声响、一阵香——响油鳝丝
102. 松子抱抱——松子鱼球

<<鱼我所欲也>>

鱼肉的最佳拍档

- 106. 蒸味争鲜——玉带黑鱼卷
- 108. 淳朴的香味——鲶鱼炖茄子
- 110. 天造地设的一对——黄辣丁炖豆腐
- 112. 鱼汤也不能放过——小黄鱼贴饼
- 114. 妖娆的香气——紫苏三文鱼蘑菇饭
- 116. 带点水灵的香味——水芹鳗鱼干
- 118. 一抢空一盘——萝卜烧鲳鱼
- 120. 一加一大于二——雪菜烧鱼
- 122. 经典永流传——鱼头豆腐汤

火辣空间

- 126. 忘不了的酸香辣——酸菜鱼
- 130. 水煮江湖——水煮鱼
- 134. 最爱鱼皮——香烤罗非鱼
- 138. 功夫在于火候——香辣豆豉蒸鲈鱼
- 142. 此生不可错过——泡椒黄辣丁
- 146. 湘味半边天——双色剁椒鱼头
- 150. 川中香烤一派——川香时蔬烤鲶鱼
- 154. 就是让你流口水——口水鱼片

吃鱼不见鱼

- 160. 闲暇时间不忘鱼香——鱼香米饼
- 162. 豪华大馅——鲑鱼馅饺子
- 164. 牙齿爱上它——椒麻脆鱼鳔
- 166. 大师级的细腻——三丝鱼肚羹
- 168. 吃鱼籽更聪明——鱼籽烧豆腐
- 170. 吃鱼不吐骨头——干炸鱼骨
- 172. 馋嘴爱鱼尾——红烧划水
- 174. 至爱弹牙味——砂锅鱼鳔
- 176. 大鱼丸, 鲜汤面——鱼丸粗面
- 178. 放不下的零食——鱼松
- 180. 凉菜亦饕餮——美味鱼皮
- 182. 一双手一把刀玩转一条鱼
- 192. 鱼鱼档案?鱼类索引
- 200. 结束语

<<鱼我所欲也>>

章节摘录

版权页：插图：

<<鱼我所欲也>>

编辑推荐

《鱼我所欲也》编辑推荐：嘴馋的人吃鱼，爱美的人吃鱼，动脑子的人也吃鱼，鱼肉的全面详解宝典食谱，经典味道全呈现，鱼肉的N种解馋灵感，鱼肉的七十二变。

<<鱼我所欲也>>

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>