

<<家常菜分步详解168例>>

图书基本信息

书名：<<家常菜分步详解168例>>

13位ISBN编号：9787807542605

10位ISBN编号：7807542608

出版时间：2009-6

出版时间：山东省地图

作者：色尘 编

页数：143

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>

## <<家常菜分步详解168例>>

### 前言

岁月的洗礼留下了让我们经久无法忘怀的菜，从孩提到苍苍白发之时，有一种菜依然坚守在我们形式各异的饭桌上，从过往吃到现在，同样我们也会将它一如既往地传承下去，因为它们凝聚了人生的千滋百味，将要永久地在我们的舌头、齿间、心头常驻。

当一种简单能够让人永远牢记，当一种普通能够坚持长久而不衰亡，那么它便成为了一种经典。

那些家常菜经过岁月的洗礼，以及无数食客的挑剔而流传下来的，虽然其规定的组合由于社会的发展而有所改变，但其固有的特色却永远不会改变。

这就是家常菜的魅力所在！

当然，做家常菜最要紧的是“十分的心情”，倘若三心二意、草草了事，自然也可以做出几道菜来，但那菜里面总缺少了点味道。

技巧倒是次要的，只要用心勤练，做出来的菜绝对会博得身边人的喝彩。

## <<家常菜分步详解168例>>

### 内容概要

全家最爱，百吃不厌，好吃易做。

荤菜、素菜、家常菜……丰富之致。

麻辣味、酸甜味、家常味……味美之极。

家常美味来自身边最简单的食物，精选全国最具特色的家常经典菜式168例，让你一看就懂，一学就会

。

## <<家常菜分步详解168例>>

### 作者简介

色尘，公共营养师，著名美食撰稿人、摄影师。

长期与《乐在明厨》、《孩子宝贝》等杂志和国内多家电视台合作制作、拍摄美食作品，提供营养膳食指导。

2006年，其作品荣获poco网北京地区最佳厨神奖；2007年，北京电视台“食全食美栏目”专为其制作了《色尘美食生活》专题

## &lt;&lt;家常菜分步详解168例&gt;&gt;

## 书籍目录

1 风味时蔬小炒——拿手快炒菜，营养最丰足 香菇荷兰豆炒玉米 辣味木耳炒腐竹 干煸四季豆 腰果胡萝卜炒西兰花 素汤白菜烧栗子 蒜蓉空心菜 椒香醋熘莲藕 芹菜炒百合 营养最丰足 韭菜辣椒炒豆干 火腿魔芋丝 醋熘土豆丝 酱爆土豆 香辣炆黄瓜 香椿煎蛋饼 咸蛋黄炒茄花 家常豆腐2 传统肉菜端上桌——传统家常菜，吃出新味道 红椒豆干炒里脊 糖醋里脊 香菇炒里脊 蚂蚁上树 茼蒿炒肉片 木须肉 干香排骨 家常回锅肉 梅菜扣肉 苦瓜炒肉丝 蒜薹炒肉 鱼香肉丝 青椒子姜炒肉丝 苦瓜炒腊肠 肉末西红柿豆腐 肉末茄子 肉末水蒸蛋 火腿烧冬瓜 尖椒爆蹄筋 红烧猪蹄 麻辣腰花 黄瓜木耳炒猪肝 尖椒炒腊肉 泡椒炒大肠 葱爆牛里脊 咖喱牛肉 豉椒炒牛肉 干煸牛肉丝 子姜芹菜炒羊肉 青椒童子鸡 茼蒿辣子鸡 宫保鸡丁 黄金鸡肉丁 芹菜炒鸡丝 干烧鸡翅 双椒爆炒鸡胗 五香孜然炒鸡心 酱爆鸡杂 嫩姜爆鸭片 韭菜炒鸭肠 洋葱尖椒炒鸭血3 家常鱼鲜味正浓 葱香鱼段 黄瓜炒鳝段 豆干肉片炒鱿鱼 糖醋鲫鱼 豆豉炒咸鱼 双椒炒带鱼 银鱼炒韭菜 香辣小泥鳅 黑胡椒炒草虾 豌豆虾仁炒鸡蛋 干辣椒爆虾仁 蒜香芦笋虾仁 蒜香蛤蜊4 美味靓汤煲出来——汤煲一锅鲜，幸福驻心田 瘦肉花生莲藕汤 瓜汁薏米瘦肉汤 果香苦瓜瘦肉汤 嫩藕香菇肉片汤 海带排骨栗子汤 苦瓜炖排骨 鲑鱼排骨煲 蚝豉莲藕煲猪蹄 白胡椒猪肚汤 酸菜大肠汤 西红柿玉米猪腰汤 猪血菠菜汤 山菌牛骨咖喱汤 啤酒胡萝卜炖牛肉 西红柿炖牛腩 洋葱牛筋骨汤 山药核桃煲牛肉 木瓜羊肉鲜汤 胡萝卜炖羊排 小鸡炖蘑菇 山药火腿炖鸡汤 老姜花生炖鸡汤 海带鸭肉汤 银丝黄鱼汤 嫩豆腐鲫鱼羹 银耳黄花鱼尾汤 鳕鱼豆腐牛肉汤 黄花菜泥鳅汤 西红柿鱼丸汤 海味鲜汤 海鲜蛤蜊炖豆腐 什锦豆腐汤 鲜蘑豆腐汤 雪梨百合莲藕汤 丝瓜蛋汤 粉丝白菜余丸子 豆芽芒果黄瓜汤 腐竹黄瓜木耳汤 银耳枸杞菠萝汤 西式浓汤5 妙滋味腌卤拌——菜式选得好，珍味餐桌绕 麻辣肚丝 糖醋三丝 五香酱牛肉 红油辣牛肉 棒棒鸡丝 金针菇拌鸡丝 泡椒凤爪 酥卤鲫鱼 虾米拌芹菜 水晶虾仁 果香泡菜 腌五香大头菜 橙汁蜜藕 老醋花生 凉拌蒜泥茄子 芝麻酱拌白菜心 果酱辣白菜 香油拌茼蒿 凉拌海带丝 炆拌鲜蘑腐竹 香拌土豆丝 绿豆芽拌蛋皮丝 鸡蛋三丁 芹菜拌腐竹 醋泡萝卜 芥末黄瓜小西红柿 豆腐乳拌薄荷鱼腥草 香椿拌豆腐 凉拌面筋 野山椒泡藕片6 新口味正流行——跟着潮流走，天天好胃口 菠萝酥排骨 椒香咸肉芦笋汤 泰式甜辣牛肉粒 果香鸡肉肠 沙茶韭菜煮鸭血 蒜蓉辣酱酥鲫鱼 韩式辣酱鱿鱼丝 龙井虾 茶香油爆虾 酒香田螺 奶香荷兰豆鲜贝 雪碧浸苦瓜 芥末鸡蛋蔬菜沙拉 香葱土豆泥 韩国炒年糕 韩式拌豆干 日式炸豆腐 熘苹果7 必不可少的面点——好吃又易做，生活真快乐 茄丁打卤面 西红柿鸡蛋打卤面 担担面 豆角肉末焖面 肉丝炒疙瘩 家常油酥饼 蛋香水果煎饼 新式窝窝头 蒜香薯丸 白菜猪肉烙合子

<<家常菜分步详解168例>>

章节摘录

插图：

<<家常菜分步详解168例>>

编辑推荐

《家常菜分步详解168例》中有超详细的制作步骤，最精美的菜式图片。  
中华御厨陈绪荣，公共健康管理专家魏雅宁联合推荐。

<<家常菜分步详解168例>>

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>