

<<悦然美食>>

图书基本信息

书名：<<悦然美食>>

13位ISBN编号：9787122042910

10位ISBN编号：712204291X

出版时间：2009-2

出版时间：化学工业出版社

作者：高杰 编

页数：138

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>

## <<悦然美食>>

### 内容概要

本书为您精选超好吃超营养的大众家常汤羹，分浓香荤汤、清淡靓汤和滋润甜汤三部分，包括水产类、禽蛋类、畜禽肉类、蔬果类、菌藻类、豆制品类及甜品类等，还有220余例关于食材选购、洗涤、烹饪、营养等方面贴心实用的小贴士和金牌小妙招，好懂易学，是烹饪家常美食的好帮手。

## <<悦然美食>>

### 作者简介

高杰，中餐高级技师、西餐高级技师，中西餐皆有所长。  
现任河南省餐饮行业协会西餐专业委员会秘书长、大浪海沙时尚酒店行政总厨。  
先后在多家高星级饭店担任厨师长。

擅长中西餐，善于利用食物自身的营养和美味烹调菜肴，尤其擅长川菜、粤菜和法式西餐。  
发表文章20余篇，

## &lt;&lt;悦然美食&gt;&gt;

## 书籍目录

Part 1 浓香荤汤 鲫鱼豆腐汤 萝卜丝鲫鱼汤/木瓜鲫鱼汤 干贝萝卜汤 三丝敲鱼汤/蒜苗咸鱼汤/黄鱼雪菜汤 鳕鱼羹/海米冬瓜汤/黄豆莲藕鱼头汤 鲫鱼冬瓜汤/红枣苹果草鱼汤/生菜炖鱼汤 香菜鱼片汤 鲫鱼杏仁汤/鲤鱼黑豆汤/鲈鱼冬笋香菇汤 西湖银鱼羹/木瓜双豆煲鲤鱼/冬笋雪菜黄花鱼汤 清汤鱼圆/虾仁鱼丸汤/花生乌鱼汤 奶油鳕鱼汤/鲈鱼豆腐汤/鱼头豆腐汤 鲑鱼羹/韭菜丝墨鱼汤/剁椒酸菜鱼头汤 虾仁丝瓜汤/五彩鱼羹/茼蒿黄鱼汤 萝卜虾皮汤/木瓜煲带鱼/枸杞鱼片汤 芥菜豆腐鱼汤/蔬菜鱼汤/虾仁蛋汤 鸡肉鱼骨汤/虾皮榨菜汤/宋嫂鱼羹 冬瓜蟹肉羹/奶油虾仁汤/海米酸菜汤 海带牡蛎汤/腐竹虾米汤/三鲜瓜片汤 胡椒海参汤/芙蓉海蜇汤/ 菠菜海鲜汤 什锦海鲜汤/萝卜鲜蟹汤/玉米须螺片汤 韭菜虾皮鸡蛋汤/酸辣鱿鱼汤/菊花鱼片汤 榨菜鸡丝汤 香菇鸡块汤/凤翅平菇汤/银耳乳鸽 双雪蜜枣煲鹌鹑/冬菇鹌鹑蛋汤/菠菜鸡肉汤 冬瓜鸡丁汤 西湖莼菜汤/豆苗鸡肝汤/鸭血豆腐白菜汤 鸡蓉菜心汤, 香菇凤爪汤/番茄蛋花汤 虾皮鸡蛋羹/芦笋鸡丝汤/鸡肉丸子汤 山药乌鸡汤/腐竹鸡丝汤/咖喱鸡丁汤 花生红枣鸡汤/芹菜鸡片汤/口蘑鸡片汤 蚕豆鸡丝汤/, 竹荪鸡片汤, 冬笋土鸡煲 臻蘑鸡汤/栗子芋头鸡汤/胡辣汤 鸡丝蛋花汤/酸菜鸡汤/玉竹鸡汤 黄瓜鸡蛋汤/胡萝卜鸡汤/扁豆凤爪汤 鸡爪花生汤/洋葱椰子鸡汤胎蚬蒸蛋 鸡豆花/菠萝鸡汤/栗子杏仁煲鸡 大蒜鸡汤/酱香鸡汤/鸡丝豌豆汤 蛋黄菠菜土豆羹/茼蒿叶煎蛋汤/葱花蛋汤 韭菜鸡蛋汤/木耳蛋汤/首乌红枣鸡蛋汤 皮蛋苋菜汤/茼蒿蛋白汤/芥菜成蛋汤 生菜蛋花汤/大枣鸭爪汤/海带鸭肉汤 菠菜鸭血汤/酸菜鸭块汤/芥菜烧鸭汤 冬菜鸭汤/绿豆炖鸭煲/鸭血粉丝汤 馄饨鸭/扁豆老鸭汤/冬瓜鸭肉煲 鸭架萝卜汤/鸭蛋豆腐汤, 魔芋烧鸭汤 薏米老鸭煲/清汤鸭条/冬笋鹅掌汤 黄瓜肉片汤 番茄肉片汤/山药排骨汤 榨菜肉丝汤 猪肉丸子冬瓜汤/小白菜丸子汤 连锅肉汤/西葫芦瘦肉汤 丝瓜肉片汤 酸辣汤/腔骨菜心汤 番茄排骨汤/萝卜排骨汤 土豆排骨汤/南瓜排骨汤 莲藕玉米排骨汤/蹄筋花生汤 黄豆猪蹄汤/酸菜猪血汤 猪肝黄瓜汤/沙锅白肉 茼蒿腰片汤/韭菜肉片汤/甩袖汤 茶树菇排骨汤/木耳腰片汤 酸辣肚丝汤/雪菜肉丝汤/白果腐竹猪肚汤 罗宋汤/猪肝菠菜汤/火腿冬瓜汤 羊杂汤/豆角肉片汤/香肠蔬菜汤 西湖牛肉羹/木须汤/韭黄肉丝汤 洋葱肉片汤/西兰花肉片汤/番茄牛肉煲 海米土豆肉丝汤/娃娃菜肉片汤/牛肉萝卜汤 南瓜清炖牛肉/酸黄瓜瘦肉汤/海带肉丝汤 咖喱牛肉汤/火腿白菜汤/西芹肉片汤 双仁猪手汤/毛豆排骨汤/牛肉土豆汤 苦瓜排骨汤/小白菜排骨汤/胡萝卜煲牛肉 潮州牛丸汤/枸杞骨髓汤/咖喱丸子汤 猪蹄茭白汤/白萝卜猪肺汤/牛蒡排骨汤 羊肉萝卜汤/羊肉韭菜汤/番茄猪肝汤 白菜羊肉丸子汤/猪肝豌豆苗汤/酸辣牛肉汤 羊肉藕片汤/牛肉菜花汤/苦瓜牛肉汤 豆角羊肉汤/羊肉冬瓜汤/山药羊肉汤 蘑菇瘦肉汤/金针菇炖鳗鱼/肉末豆腐汤 紫菜瘦肉汤/斗土蚬豆腐羹/豆腐小鱼干汤Part 2 清淡靓汤 大白菜粉丝汤 黄瓜榨菜汤/奶汤茭白/素罗宋汤 香菜黄瓜汤/酸菜粉丝汤 娃娃菜汤 丝瓜汤/什锦小白菜汤/什锦素菜煲 土豆胡萝卜汤/胡萝卜白菜汤/萝卜酸梅汤 菠菜粉丝汤/菠菜洋葱汤/粉丝萝卜汤 芹菜黄花汤/芹菜口十粉丝汤/洋葱汤 南瓜蔬菜浓汤/油菜清汤/双色花菜汤 番茄菠菜汤/珍珠菜花汤/番茄菜花汤 菜花泥汤, 西葫芦百合汤, 韭菜银芽汤 莲藕胡萝卜汤/苦瓜脆玉煲/生菜冬瓜汤 红豆冬瓜汤/冬瓜豆角汤/粉丝油菜汤 玉米冬瓜汤/南瓜浓汤/萝卜清汤 杂样蔬菜汤/南瓜洋葱汤/白豆汤 圆白菜汤/毛豆番茄汤/韭黄土豆丝汤 雪菜土豆汤/茼蒿草菇汤/苋菜清汤 清汤芦笋/油菜笋汤/雪菜笋汤 番茄蔬菜汤/黄瓜冬笋汤/山芋莲藕汤 三丝豆苗汤/酸菜豌豆汤/葱枣汤 疙瘩汤/酸辣素烩汤/油面筋素菜汤 香菇豆腐汤 香菇冬瓜汤/双菇竹荪汤/蘑菇土豆汤 油菜香菇汤 金针菇蛋汤/萝卜紫菜汤/苦瓜木耳汤 什锦香菇汤/茭白草菇汤/厝菇木耳汤 香菇苋菜汤/冬菇凤爪汤/冬瓜海带汤 海带萝卜汤/清炖冬菇汤/花生冬菇腐竹汤 豆腐皮汤/什锦蛋花汤/豆干香菇汤 蕨菜口蘑余豆腐/蘑菇西兰花汤/紫菜虾皮蛋花汤 芹菜金菇竹笋汤/锅巴蘑菇汤/紫菜瓜片汤 木耳菠菜蛋汤/鸡枞菌豆腐汤/青豆菌菇汤 银耳豆腐汤/红萝卜蘑菇汤/黄豆芽蘑菇汤 冬瓜木耳汤/双耳毛豆羹/木耳芦笋蘑菇汤 南瓜海带汤/油菜银耳汤/木耳白菜汤 雪菜豆腐汤/烩豆腐脑 豆腐蛋花汤 生菜豆腐汤/豌豆蛋花汤/苦瓜豆腐汤 一品豆腐汤/青菜豆腐汤 葱姜豆腐汤/豆芽汤/豆腐酱汁 干丝白菜汤 家常豆花汤/山药豆腐汤/粉丝冻豆腐汤 番茄豆腐汤/么工苋豆腐汤/双冬豆腐汤 萝卜豆腐汤/萝卜木耳豆腐汤/豆腐鱼丸白菜汤 玉米青豆羹子豆腐煲/沙锅豆腐汤 雪菜蚕豆汤/豌豆苗韭菜汤/红白豆腐汤 翡翠白玉汤/竹笋腐皮汤/豆皮酸辣汤Part 3 滋润甜汤 芝麻核桃露 绿豆奶酪/燕窝炖雪梨/鸡蓉玉米羹 鹌鹑蛋莲子糖水/鲜奶薏仁露/南瓜薏米汤 雪梨

<<悦然美食>>

百合莲子汤/花生薏米汤/香蕉西米羹 米酒蛋花汤/红豆西米露/西米栗子羹 红点粟米羹/橘羹汤圆/  
玉米羹 大枣红糖炖南瓜/蜜汁红枣/桂花栗子羹 红枣木瓜炖鲜奶/酸奶银耳水果羹/银耳果羹 枣  
泥羹/桂花糖芋头/桂枣山药汤 花生芝麻糊/核桃豌豆羹/绿豆汤 百合双豆甜汤/椰汁双豆汤/核桃牛奶  
汤 木瓜炖奶/银耳莲子羹/芝士鲜奶汤 荸荠银耳羹/鲜奶菠萝露/酒酿樱桃

<<悦然美食>>

章节摘录

插图：

编辑推荐

《精选家常汤羹588例》由化学工业出版社出版。

在家做饭香省钱又健康。

368道超好吃、超简单、超营养的家常汤羹！

220余条烹饪小窍门、营养建议！

特别赠送金牌小妙招！

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>