

<<3天学会花样主食>>

图书基本信息

书名：<<3天学会花样主食>>

13位ISBN编号：9787122151056

10位ISBN编号：7122151050

出版时间：2012-11

出版时间：化学工业出版社

作者：双福、朱太治、孙炜等

页数：266

字数：300000

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>

<<3天学会花样主食>>

内容概要

本书辑录了最经典的家常主食，涵盖米、面、粥、饼、意面、披萨、寿司等东西方美食，超详细图解演示花样主食制作过程，每菜6~10步，一看就懂，一学就会，让你餐餐都有好选择！

特别加入主食食材鉴别、和面、揉面、制作技巧等基础内容，以及360个0失败巧招&特别提示，让你可以零基础入门学习。

分类精细，品种齐全，包装典雅精美，为家庭花样主食制作的珍藏工具书，让你3天成为主食高手。

贴心赠送精美双拉页、点菜单及厨房宝典，满足全家人的口味需求！

<<3天学会花样主食>>

书籍目录

Part 1 怎样让主食更好吃？

做主食常用食材的鉴别和注意事项

家常主食“更好吃的诀窍”

西式主食制作技巧解读

Part 2 “米”香醉人

米饭

什锦炒饭

大虾炒饭

鸡丝蛋炒饭

盖浇饭

酸辣橙子饭

扬州炒饭

香菇糯米饭

辣椒醋油饭

鲜爽香米饭

黑椒牛肉盖饭

茄汁肉丁盖浇饭

腰果肉饭

生炒糯米饭

香菇薏米饭

萝卜干炒饭

焖南瓜饭

蛋炒饭

鸡汁浇饭

咸蛋黄炒饭

香椿蛋炒饭

培根木耳蛋炒饭

大虾捞饭

牡蛎蒸米饭

人参营养饭

海鲜炒饭

肉丁豌豆饭

红烧肉饭

咖喱牛肉饭

排骨盖饭

红烧牛肉盖饭

Part 3 “面”面俱到

包子

香菇素包

三鲜汤包

火腿虾肉包

腐皮黄鱼包

洋葱牛肉包

麦穗包

<<3天学会花样主食>>

虾皮粉丝包
牛肉芹菜包
三鲜长寿包
麻酱素包
鸡丁汤包
冬瓜肉包
咸菜猪肉包
香菇油菜包
豆腐素蒸包
鸡蛋粉丝包
饺子
三鲜蒸饺
香菇冬瓜蒸饺
素五丁饺
古道鱼汤饺子
雪菜冬笋饺
白萝卜水饺
牛肉玉兰片水饺
笔管鱼水饺
荸荠鸡肉饺
白菜蒸饺
馄饨
京味馄饨
红油馄饨
鲜肉蛋黄馄饨
荠菜馄饨
面条
炸酱面
韩式冷面
肉丝荞麦面
韩式冷汤面
杂菜拌荞麦面
清炖牛腩面
三鲜面
翡翠凉面
鲜鱼面
四川冷面
芸豆打卤面
刀切面
爆锅面
鸡汤面条
担担面
Part 4 “粥”式家族
咸粥
鲍鱼滑鸡粥
补气润肤鲜鱼粥
鸭血鲫鱼粥

<<3天学会花样主食>>

女士美容粥
鲜骨鱼片粥
牛肉什锦粥
鸡肝糯米粥
鲤鱼桂圆粥
火腿玉米粥
山药鸡蓉粥
白果冬瓜粥
清汤鲈鱼粥
鸡蛋粥
山药猪肉粥
香菇牛肉粥
鸡汁粥
鸡丝粥
五香甜沫
皮蛋瘦肉粥
芹香荸荠粥
甘薯米粥
包心菜粥
芋头咸粥
木耳粥
甜粥
木瓜粥
大枣银耳粥
黑芝麻糙米粥
苹果粥
银耳绿豆粥
八宝粥
山药芝麻粥
红枣山药粥
五谷糙米粥
红薯粥
莲子山药粥
冰糖莲子粥
鲜梨牛奶麦片粥
桂圆山药粥
南瓜牛奶粥
牛奶麦片粥
红豆米枣粥
黑米粥
红豆粥
五宝粥
枸杞红枣粥
小米红糖粥
松子粥
山楂大枣莲子粥
小米红枣粥

<<3天学会花样主食>>

桂圆红枣粥

Part 5 “饼”不厌杂

面饼

干菜油酥烧饼

烤馒头

桂花馒头

搅面馅饼

椰蓉窝头

蒸韭菜蛋饼

猪肉锅贴

吊炉烧饼

椒盐家常饼

素烩饼

吴山酥油饼

奶酱煎饼

煎饼果子

老婆饼

素馅锅贴

玉米摊饼

萝卜丝酥饼

桂花南瓜饼

香椿鸡蛋饼

水晶酥饼

猪肉炒饼

椒盐饼

葱油饼

豆沙饼

三宝玉米饼

六合饼

五仁饼

火腿土豆饼

奶油小米饼

绿豆荞麦饼

Part 6 “西”式主食

意大利面

卷心菜意大利面

水果意大利凉面

薄荷意大利面

干层意大利蔬菜面

意大利蛤蜊鸡蛋面

叉烧酱意大利面

凤尾鱼意大利面

意大利香草培根面

披萨

什锦蔬菜披萨

意式紫苏披萨

西兰花披萨

<<3天学会花样主食>>

牡蛎鸡腿菇披萨
香肠蘑菇披萨
意式鳕鱼披萨
夏威夷鸡胸披萨
风干牛肉披萨
寿司
鲜贝沙拉军舰寿司
鳗鱼一本花寿司
三文鱼握寿司
金枪鱼握寿司
太卷
墨鱼握寿司
干瓢细卷
田乐饭团
四喜卷

<<3天学会花样主食>>

章节摘录

版权页：插图：

<<3天学会花样主食>>

编辑推荐

《3天学会花样主食(超详细10步图解版)》是贴心赠送精美双拉页、点菜单及厨房宝典，满足全家人的口味需求！

<<3天学会花样主食>>

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>