

<<百吃不厌的下饭菜>>

图书基本信息

书名：<<百吃不厌的下饭菜>>

13位ISBN编号：9787229020347

10位ISBN编号：7229020344

出版时间：2010-5

出版时间：重庆出版社

作者：孙春娜

页数：144

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>

## <<百吃不厌的下饭菜>>

### 前言

从排斥下厨，不愿做围着锅边儿转的家庭主妇，到笨手笨脚地学炒菜，弄洒了油，打翻了碗，炒糊了葱花，烧焦了肉，烫伤了手……直搞得厨房如战场，找不到落脚之处，几欲崩溃……到后来不服输地勤学苦练，慢慢地熟能生巧，学会掌握油温，火候和程序，无论鸡鸭鱼肉，来者不拒，下手如有余，煎炸烹炒样样敢玩，日积月累，忙乱的厨事逐渐变得井然有序，从容不迫。

从最初的“我做什么您吃什么，没得选择”，到现在的“您想吃什么我做什么，尽管点菜”，厨房里的成功蜕变，让我真正融入其中：我的地盘，我玩得转！

喜欢为家人精心备上一桌子精心搭配的菜肴，更喜欢看他们大口吃菜的样子！

儿子长高了，壮实了，老公的肠胃炎不再犯了，做为他们的“饲养员”，我暗自自豪：我有能力“饲养”你们呀！

“煮妇”，是主妇一生的“职业”，能够把菜做到“下饭”，便是“煮妇”最大的成就和快乐！

## <<百吃不厌的下饭菜>>

### 内容概要

在我们的美食回忆中，似乎总有那么几道下饭菜让我们想起来就食指大动，但是，苦于天时与地利，我们常常只能在梦中大啖一番。

这次本书特意为大家带来了几十道经典美味的下饭菜。

该书巧妙地把营养与口味相结合，在每一菜每一汤中都花费了很多心思，书中每一道菜都配有成品图和步骤图，菜品不仅美观营养而且操作性非常强。

## <<百吃不厌的下饭菜>>

### 作者简介

Candey（孙春娜），美食自由撰稿人，网络上最具人气的美食博客博主，新浪博客点击率超过5,000,000次，2010年5月新浪网独家推荐博主，多家出版社签约美食作家，出版过多部美食图书。

<<百吃不厌的下饭菜>>

书籍目录

健康凉拌菜006 凉拌豆皮008 凉拌海带丝010 凉拌萝卜丝012 凉拌青笋015 老醋茼蒿016 麻汁菠菜018 麻汁豇豆021 简易泡菜022 泡椒凤爪024 香辣鸡丝026 香麻藕片028 自制咸鸭蛋快手烹炒菜032 炸酱034 小炒黄瓜片036 西红柿烧茄子038 孜然火腿烩鲜蔬041 时蔬小炒042 芹菜小炒044 鲜虾西兰花小炒046 蒜蓉茼蒿048 茄汁西兰花051 水萝卜炒豆干052 荠菜炒鸡蛋054 番茄豆角炒蛋056 北极虾炒蛋059 香椿炒蛋060 蒜苗虾皮炒蛋062 炒肉拉皮064 京酱菠菜066 糖醋里脊068 肉丁青菜070 洋葱孜然炒肉073 溜肥肠074 豆豉小排076 尖椒炒鸡078 芦笋炒鸡心080 元椒炒鸡丝082 椒炆肥牛084 韭菜炒海肠127 酱烧鲳鱼128 糖蒜烧黄花鱼浓香炖烧菜088 海带菠菜汤090 红烧茄子煲093 豆角炖排骨094 红烧肉096 麻香毛肚098 香辣肚锅100 土豆烧排骨102 黄豆焖猪尾104 啤酒鸡翅106 小鸡炖蘑菇(鸡块炖蘑菇)108 红烧鸭肉110 土豆炖牛肉113 鲜辣蹄筋114 番茄牛尾汤116 咖喱牛尾118 红焖牛尾120 西红柿牛肉蔬菜汤122 萝卜丝炖虾124 家常烧鲳鱼127 酱烧鲳鱼128 糖蒜烧黄花鱼偶享煎炸烤133 酥炸香椿鱼134 煎烤鲑鱼136 炸小黄花鱼138 生菜包肉140 经典烤翅143 蒜蓉奶酪培根虾美味无油烟146 牛奶蒸蛋148 腌蒸苔菜150 蒜香蒸鱼152 菌菇鸡腿154 香菇火腿蒸翅

## <<百吃不厌的下饭菜>>

### 编辑推荐

《百吃不厌的下饭菜:美食达人》是作者多年珍藏的下饭菜集合，色香俱全，每次作者把这些下饭菜上桌，就令全家人胃口全开，食欲大增。

特别重要的是作者特别注重健康的配搭，令下饭菜荤素兼有，营养平衡，是全家桌上必不可少的必备菜品。

<<百吃不厌的下饭菜>>

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>