

<<精选家常小炒>>

图书基本信息

书名：<<精选家常小炒>>

13位ISBN编号：9787501982547

10位ISBN编号：7501982546

出版时间：2011-7

出版时间：中国轻工业出版社

作者：舒畅

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>

## <<精选家常小炒>>

### 内容概要

本书精选了100余道家常小炒，从蔬菜、菌豆、畜肉、禽蛋、水产等几大方面详细介绍，每道菜不仅有详细的做法，还有大厨支招、营养师叮嘱等烹饪技巧、食材储存、营养知识的介绍，从不同角度给予读者最贴心、最实用的全方位指导，让读者看的明白，吃得健康。

本书全彩印刷，一菜一图，印刷精美。

<<精选家常小炒>>

书籍目录

炒的学问

PART 1 蔬菜类

- 香辣白菜
- 金边白菜
- 醋熘白菜
- 小炒圆白菜
- 干煸紫甘蓝
- 木耳娃娃菜
- 芝麻小白菜
- 腐乳菜心
- 生煸菠菜
- 虾皮炒菠菜
- 蒜蓉空心菜
- 香菇油菜
- 蚝油生菜
- 酒香豆苗
- 清炒牛蒡
- 麻辣韭菜
- 虾皮炒韭菜
- 海米炒芹菜
- 腰果西芹
- 西芹银耳百合
- 清炒荷兰豆
- 辣炒豆角
- 醋熘藕片
- 泡椒藕丁
- 糖醋山药
- 洋葱烧番茄
- 雪菜炒土豆
- 尖椒土豆丝
- 尖椒炒茄丝
- 地三鲜
- 油条丝瓜
- 清炒黄瓜
- 面酱西葫芦
- 素炒茭白丝
- 蒜蓉苦瓜
- 葱油南瓜丝
- 椒油莴笋丝
- 炝炒芦笋尖
- 番茄炒菜花
- 蒜蓉西蓝花
- 松仁玉米
- 家常炒蔬菜

PART 2 菌豆类

<<精选家常小炒>>

烧二冬

韭黄烧草菇

口蘑烩豌豆

草菇炒口蘑

猴头菇扒菜心

红油杂菌

葱爆木耳

茶香木耳

炒豆腐

滑炒豆腐

家常豆腐

红烧日本豆腐

麻婆豆腐

家常干丝

豆豉炒豆干

豆皮炒油菜

油菜烧腐竹

梅菜香菇炒黄豆

萝卜干炒毛豆

PART 3 菌豆类

咸菜炒肉末

蚂蚁上树

肉末酸豆角

木樨肉

榨菜肉丝

京酱肉丝

冬笋里脊丝

尖椒炒肉丝

鱼香肉丝

糟熘肉片

滑熘肉片

五花肉茶树菇

农家小炒肉

辣白菜炒五花肉

盐煎肉

芫爆里脊

酱爆肉丁

咖喱肉丁

麻辣肉丁

尖椒炒腊肉

双菇炒肚丝

熘肝尖

油爆腰花

爆三样

干煸牛肉丝

沙茶豆苗炒牛肉

香辣牛肉

<<精选家常小炒>>

芒果炒牛肉  
泡椒炒牛里脊  
黑椒牛柳  
双花炒牛肉  
番茄牛柳  
盐爆牛百叶  
芫爆百叶  
板筋菜心  
辣子羊肉丁  
葱爆羊肉  
酱香羊肉  
胡萝卜炒羊肉

PART 4 禽蛋类

辣子鸡  
东安子鸡  
西柠鸡块  
草菇炒鸡块  
滑溜鸡片  
宫保鸡丁  
五彩鸡丝  
榨菜炒鸡丝  
辣味鸡丝  
香辣鸡胗  
辣炒鸡心  
酒香辣鸡肠  
蟹味鸡蛋  
腐乳炒鸡蛋  
番茄炒鸡蛋  
双椒炒皮蛋  
蒜薹炒鸭丝  
姜爆鸭丝  
干烧豆豉鸭  
凤梨炒鸭胸  
炒鸭片  
炒鸭肠

PART 5 水产类

熘鱼片  
鲜炒鱼片  
金针鱼片  
鲶鱼片炒百合  
香菜炒鳊鱼丝  
红烧鳊鱼  
响爆鳝糊  
辣炒小鱼干  
干烧大虾  
葱姜炒虾  
蒜香皮皮虾

<<精选家常小炒>>

酥辣小河虾  
清炒虾仁  
腰果虾球  
炒荸荠虾  
香辣炒蟹  
五彩爆鲜鱿  
干煸鱿鱼丝  
韭菜炒墨鱼  
油爆鲜贝  
芦笋爆北极贝  
乡间炒牡蛎  
姜葱蛭子  
老干妈炒花甲

<<精选家常小炒>>

编辑推荐

为都市白领提供最倾心的美食享受，吃出健康，品出美味！  
这里有你不知道的烹饪秘诀，照着做一定可以烹出超美味炒菜！

这本《精选家常小炒》由舒畅编著，全书分为五个部分，介绍了多款蔬菜类、菌豆类、畜肉类、禽蛋类和水产类炒菜的制作方法，并特设“大厨支招”和“营养师叮咛”，帮你更方便地进行烹饪。

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>