

<<好生活百事通>>

图书基本信息

书名：<<好生活百事通>>

13位ISBN编号：9787501984565

10位ISBN编号：7501984565

出版时间：2012-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：徐振刚

页数：239

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>

内容概要

《好吃实惠大众菜2888例》含1000道经典大众菜、1000道特色佳肴、800条贴心提醒、80种黄金搭配、8大类食材。

经典做法，百吃不厌；按类索引，简单方便；厨房窍门，省时省力。

作者简介

徐振刚，国家高级技师、国家职业技能鉴定高级考评员，国家级评委、入选中华当代名厨录、中国名人录，中华优秀人才大典、1997年北京市名菜名点评比第一名、1999年第四届全国烹饪大赛金牌得主，并荣获全国优秀厨师称号、2005年第五届世界烹饪大赛金牌得主。

擅长燕窝、鱼翅、鲍鱼、海参等高级珍品、养生官府菜及宫廷菜的制作。
曾多次组织国内部队、政协等大型宴会，为银行、政府、部队高级官员及国家领导人主厨。

在餐饮和厨房的行政管理、成本核算、人员培训、人员配备及厨房设计等方面也颇有造诣。

书籍目录

PART 1 两人开伙快手菜

菜品

炒蕨菜

醋熘藕片

韭菜炒鸡蛋

素烧冬瓜

香辣鸡片

柠檬瓜条

蛋拌豆腐

凉拌豇豆

清炒双花

芹菜梗拌海带丝

辣拌菠菜

素炒万年青

炒湖南腊肉

鸡汁豆腐

素炒空心菜秆

火腿炒豆苗

辣炒牛肉

苦瓜炒鸡蛋

鱼香茄子

肉末韭菜豆干

汤粥

小米红枣粥

鸡蛋燕麦粥

芹菜山楂粥

奶香麦片粥

胡萝卜菠菜粥

南瓜粥

葡萄干粥

银花山楂蜂蜜汤

水果面包粥

什锦水果糊

皮蛋豆腐汤

香油腰子汤

葱白大米粥

山楂瘦肉汤

黑芝麻甜奶粥

苹果杏仁银耳汤

莲子银耳山药汤

主食

辣味豆腐炒饭

豆豉鲮鱼面

豆苗蛋炒饭

<<好生活百事通>>

PART 2 一学就会懒人菜

凉拌菜
糖醋芥蓝
白水西蓝花
脆笋老虎菜
冰镇苦瓜
黑木耳拌笋丝
核桃仁拌芹菜
蛋丝拌韭菜
皮蛋拌尖椒
奶香蔬果沙拉
瓜片拌白肉
香椿白肉
蒸菜
冬瓜虾卷
五丝蒸鱼块
八珍豆腐
干蒸黄鱼
冰糖蒸火腿
粉蒸肉
煮菜
香煮鲈鱼
水煮牛肉
水煮空心菜
葱白大蒜汤
鸡肝银杞汤

PART 3 营养开胃下饭菜

豆苗炒鱼片
脆香墨鱼
红烧鱼块
三味白鲳鱼
葱油蒸鲈鱼
酱汁鱿鱼
酸辣田螺
蒜蓉蒸干贝
泥鳅炖豆腐
虾酱豆腐
豆腐及豆制品
蒜苗炒豆腐干
芝麻豆腐
什锦豆腐
豆腐炖鲜鱼
椒麻绿豆芽
酸菜豆干炒豆仁
牛肉焖黄豆
菌蛋类

<<好生活百事通>>

金针菇炒双耳
冬菇炖鸡肫
什锦金针菇
凉拌菠菜蛋皮

PART 4 美滋美味下酒菜

蔬菜类

红烧茄子
苦瓜炒荸荠
胡萝卜炒菠菜
酒香紫甘蓝
茭白炒杭椒
青椒炒瓜皮
素炒什锦
干椒炒泡菜
苦瓜藕丝

肉类

梅菜烧肉
白果红烧肉
肉酱茄子
红烧肥肠煲
红扒猪蹄
羊肝炒菠菜
腐乳萝卜煲牛杂
土豆口蘑炖鸡

爆炒鹅肠

腐竹煲鹅肉

水产类

火腿莴笋炒三文鱼

蒜苗炒鱼片

蔬菜类

家常拌黄瓜
粉丝山蕨菜
飘香藕片
凉拌干丝菠菜
甘蓝沙拉
杏仁拌三丁
菠萝拌苦瓜
花生仁拌圆白菜
凉拌双色花生
凉拌银丝
嫩姜拌莴笋
碎末拌菠菜

肉类

肚丝粉皮
肉丝黄瓜
五香猪肝

<<好生活百事通>>

凉拌鸡丝
酱肉皮冻
菠萝青椒拌鸭片
卤味猪耳
酱牛肉
水产类
椒香海带丝
银芽海带丝
猕猴桃拌海带丝
墨鱼黄瓜拌虾仁

.....

PART 5 美味健康家常菜

PART 6 多姿多彩宴客菜

PART 7 四季滋补养生菜

PART 8 八大菜系招牌菜

PART 9 小资情调微波菜

PART 10 清清爽爽早餐菜

附录 各种食材的处理方法和厨房小窍门

章节摘录

版权页：插图：

编辑推荐

《好生活百事通:好吃实惠大众菜2888例》由中国轻工业出版社出版。

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>