

<<新编煲菜谱大全>>

图书基本信息

书名：<<新编煲菜谱大全>>

13位ISBN编号：9787503829772

10位ISBN编号：750382977X

出版时间：2002-1

出版时间：中国林业出版社

作者：周范林

页数：302

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>

<<新编煲菜谱大全>>

前言

煲菜原是广东地区富有地方特色的菜肴。

随着时代的变迁，煲菜在全国各地异军突起，并且融入了各不相同的地方特色。

近几年来，煲菜以其独具的特点和别致的风味与火锅菜、沙锅菜一样，越来越受到各界人士的亲睐。

由于煲本身具有较好的保温性，加之事先经过预热，煲菜上桌时，煲内的汤还会不停地沸滚。

俗话说：“一烫则三鲜”，煲菜恰恰体现了一个“烫”字。

煲菜所用的原料，可荤可素，可高档也可低档，从山珍海味到白菜粉丝，可以说品种繁多，无所不用；口味麻辣、鱼香、糖醋、怪味等应有尽有。

用煲烹制的菜肴，由于火功到家，勾有芡汁，而且一般都加有葱、姜等芳香调料，因此，汤汁稠浓醇香，肉质鲜嫩可口，风味独特别致，不失原料营养，绝对原汁原味。

煲菜的制作，简便易学；煲锅的使用和维护一看便会。

煲锅使用前，最好用淘米水加适量的精盐浸泡24小时，以便堵住煲锅壁上的细小沙眼，避免渗漏。

制作煲菜时，需先将原料制成成品或半成品，再入煲内加热，这样煲菜既有其所特有的风味，又能起到保温作用；即可上明火加热，又可放入蒸笼。

加热煲锅时，须用小火，保持煲内汤水微沸；汤汁不宜太多，更不能漫至煲外，否则易引起煲锅开裂。

煲菜加热完毕，煲离火后不要直接放在桌上，以免烫坏桌面；也不要直接放在水泥地上，以免热煲遇冷而爆裂；最好是放在悬空的架子或硬纸板上，既有利于煲底散热，又有利于延长煲的使用寿命。

需要说明的是，本书中所涉及的野味均为人工饲养。

因为野生动物受国家保护，保护野生动物就是保护我们自己。

本书由畜肉风味篇、家禽特色篇、河鲜海味篇、豆菌蔬菜篇和野味小吃篇等五个部分组成，详细介绍了近600余种煲菜食谱的制作方法。

内容全面，实用性强，简单易做，风味独特，老少皆宜。

本书由周范林主编，周浩、袁晓春、童芹、周德彬、汤丽华、周爱华、汤丽琴、汤忻美、袁婷等同志参与了编写工作；编写过程中，参考了前辈们的研究成果，在此一并表示感谢！

由于时间仓促和资料所限，难免有不足和不妥之处，敬请专家及广大读者指正。

本书不仅适用于普通家庭，还适合餐饮从业人员及烹饪学校、培训班广大师生阅读参考。

编者 2001年11月

<<新编煲菜谱大全>>

内容概要

《新编煲菜谱大全》由畜肉风味篇、家禽特色篇、河鲜海味篇、豆菌蔬菜篇和野味小吃篇等五个部分组成，介绍了近600余种煲菜食谱的制作方法。

<<新编煲菜谱大全>>

书籍目录

畜肉风味篇序言鲜香羊肉煲 辣子羊肉煲 素参羊肉煲 东乡羊肉煲 天麻羊肉煲 蒜末羊肉煲 辣乔羊肉煲
腐竹羊肉煲 羊肉莲藕煲 红枣羊蹄煲 煨乍羊肉煲 菜末牛肉煲 西芹牛肉煲 红焖牛肉煲 沙嗲牛柳煲 洋葱
牛肉煲 牛肉粉丝煲 笋菇牛肉煲 茭白牛肉煲 土豆牛肉煲 畜肉风味篇 咖喱牛肉煲 牛肉萝卜煲 芋艿牛肉煲 双
萝卜牛肉煲 咖喱牛蹄煲 葱头牛蹄煲 蚝油牛筋煲 牛筋洋葱煲 虾酱牛筋煲 酸辣牛筋煲 枸杞牛筋煲 蒜香牛筋煲
肉末牛筋煲 蟹粉牛筋煲 生仁牛肘煲 干烧牛尾煲 枸杞牛鞭煲 菜心炒肉煲 干菜扣肉煲 南乳扣肉煲.....

<<新编煲菜谱大全>>

章节摘录

芹菜心片煲 原料心600克,芹菜250克,葱末、姜末、料酒和蚝油各25克,酱油和葱花各50克,白糖20克,胡椒粉2克,味精3克,鸡蛋1只,植物油500克(实耗约60克),鸡汤200克,淀粉6克。

制法1.将猪心剖开,批去筋,洗净血污,切成厚片,放入碗内,用料酒、酱油、鸡蛋液和干淀粉拌匀上浆;芹菜选用嫩芽(芹黄),切成约2厘米长的段,洗净沥干。

2.炒锅置火上,放油烧至七成热,投入浆好的猪心片,划散滑开,不使其粘连,滑至断红,倒入漏勺沥油。

3.原锅留余油少许,放入葱末煽出香味,加入芹黄炒至变色,将漏勺中的猪心片回锅,倒入料酒盖锅焖一下,放入酱油、蚝油、白糖、胡椒粉、姜末、鸡汤和味精烧沸后,用湿淀粉勾芡,起锅盛入放有葱花的热煲中,加盖稍焖片刻即成。

特点 鲜嫩清香,味美适口。

火爆猪肝煲 原料猪肝300克,青椒和淀粉各50克,红椒2只,洋葱100克,鸡蛋1只,精盐6克,酱油40克,白糖25克,胡椒粉2克,味精3克,醋10克,料酒30克,蒜头1只,植物油500克(实耗约50克),鸡汤200克,湿淀粉6克,葱和姜各少许。

制法1.将猪肝批去筋后切成片,洋葱切成丝,青椒、红椒和蒜头分别切成片。

2.将猪肝片放入碗中,加入精盐、味精、鸡蛋和淀粉浆好,投入烧至六成热的油锅滑至断生,倒入漏勺沥油。

3.原锅留余油置火上烧热,将葱、姜和蒜片炒出香味,加入青椒和红椒炒至变色,倒入漏勺中的猪肝,下入料酒、酱油、醋、白糖和鸡汤烧滚,用湿淀粉勾芡,起锅盛入事先置火上并加有洋葱丝的煲中,撒入味精和胡椒粉,加盖略烧片刻即成。

特点 色彩鲜艳,肝嫩味鲜。

青椒和红椒炒至变色,倒入漏勺中的猪肝,下入料酒、酱油、醋、白糖和鸡汤烧滚,用湿淀粉勾芡,起锅盛入事先置火上并加有洋葱丝的煲中,撒入味精和胡椒粉,加盖略烧片刻即成。

特点 色彩鲜艳,肝嫩味鲜。

怪味腰花煲 原料猪腰子400克,粉皮2张,芝麻酱和红油各15克,酱油、醋、辣油和豆瓣酱各25克,白糖和香油各50克,胡椒粉和花椒粉各2克,葱、姜和蒜头共50克,味精3克,植物油500克(实耗约60克),鸡汤70克。

制法1.撕去腰膜,一剖两半,去除腰臊,洗净,在里面剖荔枝花刀,改成三角块;粉皮切成菱形块;豆瓣酱斩成细末;碗中的芝麻酱加鸡汤调拌开,再加酱油、豆瓣酱、红油、醋、白糖和胡椒粉调拌成沙司待用。

蒜头捣成泥。

2.锅中放水烧沸,将粉皮投入烫一下捞出,沥干水分;再把腰子下锅烫至花纹爆出,捞出备用。

锅置火上,放油烧至五成热。

将葱、姜和蒜爆香,投入腰花,加入碗中的沙司料,用勺拌和推匀。

3.煲置火上,放入香油烧热,加入蒜泥、鸡汤、烫好的粉皮、腰花和醋烧沸至料熟透,撒入葱花、花椒粉、胡椒粉和味精,淋入辣油,加盖略烧片刻即成。

特点 点腰花细嫩,甜酸麻辣,鲜香清口。

生烩什锦煲 原料猪腰子丁、鸡丁、鸡肫干丁、冬笋丁、猪肚子丁、青豆、海参丁和猪肉丁各50克,干贝和香菜末各30克,上浆虾仁100克,精盐和香油各5克,料酒10克,味精3克,蛋清2只,淀粉15克,奶汤300克,葱姜末少许,植物油200克(实耗约50克)。

制法1.将腰子丁、鸡丁、鸡肫干丁、猪肚丁和猪肉丁,放在碗中加精盐拌入味后,加蛋清拌匀,最后放入干淀粉,搅拌至不见水。

干贝放在碗中,加料酒和葱姜上笼蒸软。

2.炒锅上火,用油滑锅后加油烧到四成热,把上好浆的五种丁放入,用勺拌开后倒入漏勺沥油。

<<新编煲菜谱大全>>

原锅留少许油，上火下葱花煽一下，放入奶汤、笋丁、干贝、海参丁、青豆、上述五丁、精盐和味精，滚烧片刻，用湿淀粉勾芡。

3. 煲置火上，放油烧热，加入香菜末，随即把什锦倒入并保持微滚。

4. 炒锅置火上，加油烧至五成热时，把上浆虾仁倒入滑熟后，覆盖在煲中的什锦面上，淋入香油加盖烧滚即成。

特点什锦鲜香醇厚，色泽美观可口。

鱼香腰花煲 原料猪腰子400克，郫县豆瓣酱、醋、香菜、辣椒丝、酱油、香油和料酒各20克，姜丝6克，蒜泥5克，白糖15克。

白汤100克，味精2克，植物油500克（实耗约60克），湿淀粉10克，精盐、葱和面粉各适量。

制法1. 将猪腰子放入水中，剥去腰膜洗净，置砧板上，刀口向凹端横批为均匀的两半，去掉腰臊，在腰心的一面，剖麦穗花刀后切成3厘米宽的块。

用干净布吸去腰子上的水分（不吸于水分，不易上浆），放入碗中，加入精盐拌一下，再下入面粉拌至粉浆均匀地裹牢在腰块上。

2. 炒锅置火上，放油烧至四成热，投入腰块，用勺划散至断红断生，倒入漏勺沥油。

原锅置火上，放油烧热，将葱、姜、辣椒丝和蒜泥略炒出香味，加入郫县豆瓣酱，煸炒出红油，下入白汤、酱油、料酒、白糖、醋和腰花烧滚，用湿淀粉勾芡，倒入预先置火上加热并垫有香菜的热煲中，撒入味精，淋入香油即成。

特点色泽红亮，甜酸鲜辣，味美可口。

大葱肚片煲 原料熟猪肚600克，大葱100克，酱油和白糖各5克，精盐和味精各2克，料酒和葱油各15克，湿淀粉6克，姜丝20克，植物油50克，白汤150克。

制法1. 将熟猪肚用刀一剖二片，横着斜批成片；大葱切寸段后剖成兰花形，放入清水中浸开。

2. 炒锅置旺火上，放油烧至五成热，将大葱爆出香味，加入白汤、肚片、料酒、白糖、酱油、精盐和味精，用旺火烧几滚，淋入湿淀粉，用勺推匀勾成流芡。

3. 煲置火上，放入底油烧热，投入姜丝，随即把肚片连汤倒入，淋入葱油，加盖烧沸片刻即成。

特点葱香浓郁，肚片酥软，味鲜可口。

.....

<<新编煲菜谱大全>>

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>