第一图书网, tushu007.com

<<跟我学煲汤800样>>

图书基本信息

书名：<<跟我学煲汤800样>>

13位ISBN编号：9787504450739

10位ISBN编号：7504450731

出版时间：2004-5-1

出版时间：中国商业出版社

作者：文君

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

第一图书网, tushu007.com

<<跟我学煲汤800样>>

内容概要

煲汤给你支几招
大多数北方人认为，煲汤要加香料，诸如葱、姜、花椒、大料、味精、料酒之类。
事实上，从广东人煲汤的经验来看，喝汤讲究原汁原味，这些香料大可不必放。
如果需要，一片姜足矣。
盐应当最后加，因为盐能使蛋质凝固，有碍鲜味成分的扩散。

汤中的营养物质主要是氨基酸类，加热时间过长，会产生新的物质，营养反而被破坏，一般鱼汤煲1小时左右，鸡汤、排骨汤3小时左右。

汤煲好后熄火，待冷却后，油浮在汤面或凝固在汤面，用勺羹除去，再把汤煲滚，这样汤不致太油腻。

一般人饭前喝点汤，可促进胃液分泌，帮助消化吸收，但有浅表性胃炎的人应饭后喝，以免加重症状。

第一图书网, tushu007.com

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