

<<简易养生菜>>

图书基本信息

书名：<<简易养生菜>>

13位ISBN编号：9787506437325

10位ISBN编号：7506437325

出版时间：2006-3

出版时间：中国纺织

作者：路新国

页数：95

字数：49000

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>

<<简易养生菜>>

内容概要

《简易养生菜》精选了中国烹调中具有代表性的原料加工方法、调料运用原则、烹调技术分析、名菜制作关键等内容，既有当今厨师的实践经验，也有专业人士对烹调难题的释疑之作，还有一些烹调大师的绝招，汇总了基本的烹调技术。

为使读者掌握中国菜肴制作技巧，提高烹调水平，并争取成为烹调高手与大师，助一臂之力。

更重要的是，通过阅读此书，可以按图索骥，举一反三，不断提高自己的烹调水平，逐步达到学厨者所追求的求像、显技、味美三大境界，是专职厨师的好帮手，烹饪培训的好帮手，家庭主妇的好老师。

中国被公认为“烹饪王国”，菜肴的色、香、味、形、声、器、意、质等赋予了中国菜口感独特、风味多样、适应性强的特色，体现了丰饶多彩的物产和传统精湛的饮食文化，高精纯熟的烹调技术与长期的经验积累。

中国烹饪作为一种艺术，一种文化，一门科学，其知识和技能是基础。

如何使自己掌握烹调秘诀，从而烹调出美味佳肴，进而成为烹饪高手，这是不少中青年厨师和广大家庭主妇、烹调爱好者梦寐以求的目标。

《简易养生菜》条理清楚，易懂好学，集科学性、理论性、实用性于一体，可操作性强，有关烹调的基本知识均可在书中查到，既可作为广大厨师可靠的参考读物，也可供一般家庭及烹饪爱好者阅读使用。

<<简易养生菜>>

书籍目录

1.莲玉猪肉煲2.淡菜炖排骨3.榨菜肉丝汤4.氽肉圆汤5.杜仲牛膝煲6.炖酥腰7.莲子猪心煲8.豆豉猪肝汤9.高瓜炒心片10.黄芪猪肝11.腐竹猪肚12.沙锅肚肺13.藕粉圆子14.女贞牛肉15.大枣兔肉16.玉竹兔肉17.壮阳鞭花汤18.菟丝子鹿鞭煲19.南乳鸡翅20.竹紫鸡丝汤21.龙井鸡片汤22.冬菇凤瓜煲23.三七老鸡煲24.馄饨鸭25.老鸭煲26.太子参炖鹌鹑27.虫草川贝炖鹌鹑28.杜仲鹌鹑煲29.莲藕乳鸽30.盐水虾.....

<<简易养生菜>>

章节摘录

书摘12 沙锅肚肺 原料 熟猪肚400克,熟猪肺250克 调料 黄酒、葱段、姜片、味精、盐、鲜汤、色拉油各适量 做法 1 猪肚切成5厘米长、1.3厘米宽的片;猪肺切成0.6厘米厚的柳叶片。

2 炒锅置火上,烧热后倒入少量色拉油,放入葱段、姜片炸出香味,加鲜汤、盐、味精、黄酒、肚片、肺片,烧开后再全部倒入大沙锅中,用中火慢炖至酥烂入味,撇去浮沫,调好口味即可食用。

13 藕粉圆子 原料 红绿丝、金橘、松子仁各5克,蜜枣15克,桃仁10克,芝麻粉7.5克,糖油丁50克,藕粉400克 调料 绵白糖75克,糖桂花少许 做法 1 红绿丝、金橘、蜜枣、桃仁、松子仁碾碎,加芝麻粉、绵白糖、糖油丁拌匀,搓成弹子大的馅心待用。

2 藕粉碾碎过筛,放入馅心滚上一层藕粉,取出装入爪篱中入沸水锅烫过,再滚一层藕粉,反复多次。

3 锅内加适量清水,放入圆子煮熟,装入放有糖桂花的汤中即可。

14 女贞牛肉 原料 牛肉400克,黑枣(去核)24个,女贞子15克 调料 盐、姜片、黄酒、牛肉汤各适量 做法 1 牛肉洗净,切成1.5厘米见方的块;黑枣、女贞子洗净。

2 锅内放牛肉汤、黄酒、姜片、牛肉块、黑枣、女贞子,用旺火烧开,撇去浮沫,烧约10分钟,改中小火炖至牛肉酥烂,用盐调味即成。

功效 补肝肾,乌须发。

P15-16插图

<<简易养生菜>>

编辑推荐

本书精选了中国烹调中具有代表性的原料加工方法、调料运用原则、烹调技术分析、名菜制作关键等内容，既有当今厨师的实践经验，也有专业人士对烹调难题的释疑之作，还有一些烹调大师的绝招，汇总了基本的烹调技术。

为使读者掌握中国菜肴制作技巧，提高烹调水平，并争取成为烹调高手与大师，助一臂之力。

更重要的是，通过阅读此书，可以按图索骥，举一反三，不断提高自己的烹调水平，逐步达到学厨者所追求的求像、显技、味美三大境界，是专职厨师的好帮手，烹饪培训的好帮手，家庭主妇的好老师。

<<简易养生菜>>

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>