

<<精选家常小炒138道>>

图书基本信息

书名：<<精选家常小炒138道>>

13位ISBN编号：9787506451284

10位ISBN编号：750645128X

出版时间：2009-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：尚锦文化 编

页数：95

字数：43000

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138道>>

内容概要

《精选家常小炒138道》介绍了138道制作简单、营养丰富的家常小炒的制作方法。小炒是我们家常饮食当中非常重要的一种菜肴加工手段，新手下厨，炒菜最简单，老手出招，炒菜见功夫。

《家精选家常小炒138道》高手支招，让您从容掌勺。

<<精选家常小炒138道>>

书籍目录

飘香畜肉类

- 1 百合炒牛肉
- 2 腐竹烧肉
- 3 春笋烧腊肉
- 4 茶树菇炒肉丝
- 5 菠萝炒牛肉
- 6 豆干青蒜炒肉片
- 7 黄花菜烧肉
- 8 酱肉豌豆
- 9 尖椒羊肉

10 菱白炒羊肉丝

11 芥蓝炒瘦肉

12 黄瓜熘肉片

美味禽肉类

13 滑子菇炒鸡丁

14 鸡蓉猴头菇

15 红烧鹌鹑

16 胡萝卜烧鹅方

17 豆苗炒鸡片

18 干烧鸡块

19 韭菜炒鹅蛋

20 南瓜咖喱鸡

21 青椒烧鸭块

22 腰果鸭丁

营养水产类

23 蚕豆炒虾仁

24 炒黄鳝丝

25 海米油菜

26 海鲜炒芦笋

27 尖椒炒蛤蜊

28 芦笋炒虾仁

29 蒜薹炒鱿鱼

30 豌豆虾仁

31 西兰花炒鱿鱼

32 虾仁炒芹菜

33 鱿鱼炒芥蓝

34 香蒜咖喱炒蟹

养生素菜类

35 百合黄花菜

36 豉椒苦瓜

37 春笋炒豌豆

38 西红柿豆腐

39 杭椒炒蟹味菇

40 炒平菇

41 红烩菜花

<<精选家常小炒138道>>

- 42 尖椒炒豆皮
- 43 酱爆茄子
- 44 韭黄炒素鸡
- 45 百合甜豆
- 46 空心菜梗炒玉米粒
- 畜肉类
- 47 韭菜炒羊肝
- 48 蕨菜炒腊肉
- 49 苦瓜炒腊肉
- 50 腊肠炒油菜
- 51 腊肉炒苋菜
- 52 芦笋炒牛肉
- 53 毛豆红椒炒肉丝
- 54 木耳炒肉
- 55 牛蒡炒肚丝
- 56 青蒜慈姑炒咸肉
- 57 芹菜香干炒牛肉丝
- 58 肉炒滑子菇
- 59 肉炒榛蘑
- 60 肉末橄榄四季豆
- 61 肉片炒西葫芦
- 62 肉片鸽蛋烧甘蓝
- 63 肉烧小白菜
- 64 山药炒肉片
- 65 蒜薹炒腊肉
- 66 土豆炒肉片
- 67 豌豆炒牛肉
- 68 香菜炒牛百叶
- 69 香辣肉丝
- 70 雪里蕻炒百叶
- 禽肉类
- 71 炒鸽脯
- 72 炒鸡杂
- 73 贵妃鸡翅
- 74 脆皮鸡片
- 75 辣子鸡丁
- 76 宫保鸡丁
- 77 金针鸡丝
- 78 飘香田螺鸡
- 79 滑炒鸡脆骨
- 80 虎皮凤爪
- 81 酱爆鹅丁
- 82 韭黄炒鹅丝
- 83 葱爆鹅颈
- 84 杭椒炒鹅肝
- 85 滑炒鹅片
- 86 姜爆鸭丝

<<精选家常小炒138道>>

- 87 苦瓜炒鸭舌
- 88 炒鸭肠
- 89 蚝油鸭掌
- 90 桃仁鸭丁
- 91 京葱炒烤鸭丝
- 92 尖椒鹌鹑
- 水产类
- 93 青蒜炒河虾
- 94 胡萝卜毛豆鱼丁
- 95 芹爆鳝丝
- 96 虾皮炒茭白
- 97 爆鲢鱼头
- 98 蝴蝶片
- 99 炒鱼泡
- 100 爆双脆
- 101 姜葱炒肉蟹
- 102 爆鱿鱼须
- 103 爆鱿鱼卷
- 104 菜胆映红梅
- 105 爆鳝筒
- 106 腐竹烧黄鳝
- 107 茶香椒盐虾
- 108 馋嘴牛蛙
- 109 葱姜炒竹蛭
- 110 红椒炒河虾
- 111 西红柿炒虾仁
- 112 炒黑鱼片
- 113 炒螺蛳
- 114 芙蓉翡翠银鱼
- 115 榛蘑炒西芹
- 素菜类
- 116 韭菜炒豆芽
- 117 炒鲜奶
- 118 麻辣茼蒿
- 119 木耳烧山药
- 120 农家炒豇豆角
- 121 香菇荷兰豆
- 122 成蛋黄焗玉米粒
- 123 炆炒黄豆芽
- 124 清炒芦笋
- 125 三丁玉米
- 126 什锦山药粒
- 127 双色菜花
- 128 丝瓜炒毛豆
- 129 松仁玉米
- 130 素炒鸡腿菇
- 131 素炒三丝

<<精选家常小炒138道>>

- 132 酸菜炒粉丝
- 133 豌豆尖扒蟹味菇
- 134 蟹味菇炒丝瓜
- 135 酱香炒莴笋
- 136 鲜炒香菇
- 137 金蒜鸡腿菇
- 138 鲜蘑腐竹
- 不可不知的小炒诀窍

<<精选家常小炒138道>>

章节摘录

插图：

<<精选家常小炒138道>>

编辑推荐

《精选家常小炒138道》由中国纺织出版社出版。

<<精选家常小炒138道>>

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>