

<<美味家常鱼精选>>

图书基本信息

书名：<<美味家常鱼精选>>

13位ISBN编号：9787506457408

10位ISBN编号：7506457407

出版时间：2011-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：姜仁健 主编

页数：128

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>

<<美味家常鱼精选>>

内容概要

蘑菇火腿烧草鱼片、大枣当归鲤鱼汤、木耳香菇鱿鱼丝、虾酱豆腐辣鱿鱼、菊花香菇炒墨鱼、枸杞蒜薹烧黄鱼、玉竹蒸鲢鱼头、甜木瓜煲带鱼、五花肉炖青鱼、梅干菜烧平鱼等。

<<美味家常鱼精选>>

书籍目录

草鱼

醋熘草鱼丁
沸腾草鱼片
番茄汁鱼片
葱段炖草鱼
香末鱼块
草菇烧鱼片
豆腐炖鱼片
豌豆烩草鱼丁
香辣草鱼排
冬瓜菜心草鱼头
蒜苗甜椒草鱼片
香菇肉炖草鱼
米粉蒸草鱼块
蒜香油辣鱼片
香菜炖草鱼
青蒜烧草鱼
莴笋醋熘鱼丁
鱼蓉菠菜粥
荸荠冬菇鱼丸
蘑菇火腿烧草鱼片
鲜奶鱼肉
紫苏青椒焖鱼
手撕咸草鱼
卤汁五香鱼
香菜咖喱鱼丸
粉皮炒鱼
油淋生草鱼
椒麻脆鱼肚
葱香菠萝泡椒鱼
泡椒花生草鱼丁
火锅草鱼豆腐
五香烧鱼块

鲫鱼

清蒸小鲫鱼
鲫鱼白萝卜汤
鲜海带焖鲫鱼
蛤蜊豆苗鲫鱼煲
青椒鲫鱼
辣椒鱼条
葱烧鲫鱼
鲫鱼炖豆腐
蒸茶鲫鱼
蒸酸辣鲫鱼
辣香酥鱼

<<美味家常鱼精选>>

白果清蒸鲫鱼
舌草双菇鲫鱼汤
香酥鲫鱼
豆腐炖鲫鱼汤
蔬菜鲫鱼火锅
鲤鱼
炖鲤鱼
大枣当归鲤鱼汤
辣味鲤鱼汤
菇片剁椒鱼
青红椒烧鱼丝
鲤鱼糯米粥
陈皮鲤鱼枣汤
香辣虾仁鱼丁
山楂瓦块鱼
竹笋豆腐炖鲤鱼
红豆鲤鱼瓜汤
日式梅淋鲤鱼
菇竹鲤鱼
木瓜大枣鲤鱼煲
西红柿鲤鱼蓉
蜜汁鲤鱼
蔬菜焖鲤鱼
鱿鱼
莴笋鱿鱼丝
芹菜炒鱿鱼
西芹拌鱿鱼
爆炒鱿鱼
双笋炒鱿鱼须
豆芽鱿鱼丝
香菜拌鱿鱼
木耳香菇鱿鱼丝
芹花鱿鱼
黄瓜丝鱿鱼
韭菜烧鱿鱼
胡椒鱿鱼圈
干炸椒盐鱿鱼
拌时蔬鱿鱼
黄瓜拌鱿鱼
虾酱豆腐辣鱿鱼
铁板洋葱鱿鱼
青椒烧鱿鱼
柿椒鱿鱼羹
腐竹鱿鱼粥
鱿鱼蛤蜊粥
葱烧鱿鱼
芥末鱿鱼

<<美味家常鱼精选>>

泡椒鱿鱼

墨鱼

番茄汁烧墨鱼

红乳烧墨鱼仔

双菌墨鱼仔

双菇炒墨鱼仔

墨鱼双菇鸡块

冬瓜墨鱼汤

青椒丝炒墨鱼

豆腐炖墨鱼

冬菜墨鱼

墨鱼烧韭菜

核桃煮墨鱼

鲜姜炒墨鱼

墨鱼大枣炖排骨

雪菜拌墨鱼

爆墨鱼仔

韭菜墨鱼

笋肉丝炒墨鱼

豉椒烧墨鱼

牡蛎墨鱼汤

菊花香菇炒墨鱼

黄花鱼

豆腐烩黄鱼

参黄鱼蛋羹

枸杞蒜薹烧黄鱼

麦香黄鱼卷

干煎小黄花

蒜炖黄花鱼

焖黄花鱼

鲢鱼

蛋花鲢鱼羹

番茄汁鲢鱼

番茄鲢鱼丁

豆腐鲢鱼汤

海鲜鱼头锅

鱼头烩面

玉竹蒸鲢鱼头

鲢鱼煲

焗烧鱼头

雪耳鱼云羹

干炸鲢鱼串

鳕鱼

蒸鲜鳕鱼

香炸银鳕鱼

鳕鱼猪骨汤

鲍汁兰花鳕鱼

<<美味家常鱼精选>>

葡萄酒香鳕鱼
炸鳕鱼面包夹
麻汁银鳕鱼
豆豉烧鳕鱼
剁椒鳕鱼
干辣豉椒鳕鱼
煎烧鳕鱼
芥蓝拌鳕鱼
带鱼
椒盐带鱼
甜木瓜煲带鱼
萝卜丝烧带鱼
干烧香肉刀鱼
辣椒海带鱼汤
茄汁带鱼
青鱼
软炸椒盐鱼条
五花肉炖青鱼
冰镇水果鱼条
山药烧青鱼片
辣椒鱼丁
平鱼
天麻木耳鱼片
清蒸平鱼
梅干菜烧平鱼
椒油樱桃鱼丁
辣烧平鱼
葱菇蒸鱼
清蒸菇笋平鱼
.....
银鱼
墨鱼
鳊鱼
三文鱼
鲈鱼
鲢鱼
鮑鱼
鲮鱼
鳗鱼
鲇鱼
章鱼
其他吃法

<<美味家常鱼精选>>

章节摘录

版权页：插图：豌豆烩草鱼丁材料草鱼750克，胡萝卜1、50克，豌豆50克，鸡蛋1个。

调料色拉油500克(实耗80克)，盐3克，味精2克，葱花8克，姜末8克，胡椒粉5克，辣椒油15克，玉米淀粉10克。

做法1. 鲜豌豆洗净，入沸水焯熟，过凉；胡萝卜去皮洗净，切成豌豆大的粒，焯水过凉；将草鱼去骨、去皮洗净，切成豌豆大的粒，再用盐、料酒、胡椒粉腌渍20分钟左右，入味待用。

2. 碗中放入蛋清、用干淀粉调成蛋糊，再放入鱼粒拌匀，然后放入烧至三成热的油锅中过油。

3. 炒锅内留底油烧热，放入葱花、姜末炒香，再倒入清水稍煮，放入鱼粒、胡萝卜、豌豆、盐、料酒、味精略烧，用湿淀粉勾芡，淋入辣椒油，装盘即成。

香辣草鱼排材料草鱼750克，鸡蛋1个，面包屑50克。

调料色拉油1000克(实耗100克)，盐3克，味精2克，白糖2克，葱末5克，葱汁3克，姜末5克，姜汁3克，蒜片5克，花椒5克，辣椒粉10克，料酒15克，玉米淀粉15克，香油2克，干辣椒段50克。

做法1. 将鱼去鳞、鳃、内脏洗净，将鱼肉切成片；再用盐、葱汁、姜汁、料酒，腌渍入味；再用淀粉、蛋清、辣椒粉拌成蛋糊，将鱼片挂匀上浆，再蘸上面包屑。

2. 锅内倒油烧至五成热，再放入鱼肉炸至将熟，捞出沥油，切成条。

3. 锅内放入油烧热，再放入花椒、干辣椒段翻炒，再放入蒜片、葱段、姜片煸香。

倒入炸好的鱼肉翻炒，烹入料酒，白糖、放盐、味精炒制入味，淋上香油即可。

<<美味家常鱼精选>>

编辑推荐

《美味家常鱼精选》是由中国纺织出版社出版的。

<<美味家常鱼精选>>

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>