

<<家常炒菜精选>>

图书基本信息

书名：<<家常炒菜精选>>

13位ISBN编号：9787508275512

10位ISBN编号：7508275519

出版时间：2012-7

出版时间：金盾出版社

作者：吴昊天，吴杰 主编

页数：74

字数：60000

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>

## <<家常炒菜精选>>

### 内容概要

吴昊天、吴杰主编的《家常炒菜精选》是一本专门介绍家常炒菜的菜谱书。

书中精选了260余款适合初学者制作的简单而美味的各类家常炒菜，并以简洁的文字和精美的彩图对每款菜肴的用料配比、制作方法、操作提示等均做了详细的介绍。

《家常炒菜精选》内容丰富，图文并茂，通俗易懂，原料易取，易学易做，科学实用，不仅适合广大家庭和各类食堂阅读使用，而且也是各种烹饪学校难得的教学参考书。

## <<家常炒菜精选>>

### 作者简介

吴昊天，国家特级烹饪师，自幼酷爱烹饪、摄影，先后跟随中国著名烹饪大师、著名烹饪设计师刘风凯、吴杰等人学艺。

多年来编著或参与编著出版了《中国著名八大菜系精选教材》、《东北菜精华》、《清真名菜谱》、《北方美味家常菜》、《宫廷菜美味30种》、《图解家庭微波炉食品制作》等烹饪图书，并有许多摄影作品被书中采用。

吴杰：

大学毕业，著名烹饪讲师，国家高级营养师，国家特一级烹饪名师，中国烹饪职业技能鉴定考评员(国家评委)，曾在全国烹饪大赛中荣获金牌。

多年来专注于食文化的研究及烹饪教学工作，为全国各地培养出一批优秀烹饪人才，并创新设计了数百例风味菜肴及面点。

先后出版了《中国著名菜系精选教材》、《中国南北名点》、《临考学生科学配餐》、《科学营养餐精华》、《滋补禽肉菜》、《香鲜蛋品菜》、《诱人主食》、《养生保健豆制品菜》、《养生保健食用菌菜》、《养生保健水产品菜》、《养生保健畜肉菜》、《养生保健禽蛋菜》、《补肾壮阳调养菜谱》、《补肾滋阴调养菜谱》、《冠心病食疗菜》、《术后病人食疗菜》、《更年期综合征食疗菜》、《气管炎止咳平喘食疗菜》、《女性孕产期食疗食补处方》、《男性保健食疗食补处方》、《儿童生长食疗食补处方》等著作180余部。

<<家常炒菜精选>>

书籍目录

一、畜肉类

- 01 木樨肉
  - 炒回锅肉
  - 爆炒羊肉
- 02 熟炒狗肉
  - 翡翠牛肉
  - 仔姜肉片
  - 爆炒肉片
- 03 酸辣肉片
  - 合川肉片
  - 牡蛎炒肉片
  - 笋耳炒肉片
- 04 山药里脊片
  - 海参里脊片
  - 葱香沙茶肉
  - 蒜香麻酱肉
- 05 椒麻牛肉片
  - 嫩姜脆豆炒牛肉
  - 花生肉丁
  - 麻香牛肉丁
- 06 酱肉丝
  - 干煸驴肉丝
  - 鱼香肉丝
- 07 韭黄肉丝
  - 青椒肉丝
  - 豆苗炒羊肉丝
- 08 雪笋里脊丝
  - 茺荳里脊丝
  - 豉椒里脊丝
  - 翡翠腊肠
- 09 青椒炒腊肠
  - 玉笋炒腊肠
  - 兔肉炒蕨菜
  - 炒红绿兔丁
- 10 兔肉丝炒绿豆芽
  - 香辣板肠
  - 双椒肚丁
- 11 辣炒肚片
  - 毛豆炒双丁
  - 木耳炒羊肚
- 12 鱼香腰花
  - 爆炒腰花
  - 凤尾腰花
  - 蚝香翡翠猪腰
- 13 炒猪肝

<<家常炒菜精选>>

鱼香猪肝

番茄羊肝

14 清香猪肺

兰花炒羊蛋

青椒炒肥肠

15 发丝牛百叶

麻辣板筋

香酥蚕蛹

.....

二、禽蛋类

三、水产类

四、豆制品类

五、食用菌类

六、蔬菜类

<<家常炒菜精选>>

章节摘录

版权页： 插图： 兔肉丝炒绿豆芽 原料：净兔肉200克，净绿豆芽150克，蒜丝10克，精盐、鸡精各3克，味精1.5克，醋、湿淀粉、干淀粉各5克，鸡蛋清1个，料酒、汤各20克，油500克。

制法 1.兔肉切成丝，用料酒10克、精盐1克及鸡蛋清、干淀粉拌匀。

2.兔肉丝下入四成热的油中滑熟，倒入漏勺。

3.锅下入油15克及蒜丝、绿豆芽炒熟。

下入兔肉丝，烹入用全部调料对成的芡汁翻匀，装盘即成。

提示：烹汁时要用旺火。

香辣板肠 原料：熟驴板肠400克，青辣椒片、红辣椒片各35克，蒜片20克，白糖、酱油、料酒、辣椒油各15克，葱花、姜米、湿淀粉各5克，精盐、味精各2克，五香粉0.5克，油20克。

制法 1.熟驴板肠切成条块。

2.锅下入油、白糖炒化呈红色，下入驴板肠、姜米、葱花、五香粉炒上色，加入酱油、料酒、精盐。

3.下入蒜片、青辣椒片、红辣椒片炒熟，用湿淀粉勾芡，加入味精、辣椒油，装盘即成。

## <<家常炒菜精选>>

### 编辑推荐

《家常炒菜精选》共精选了260余款营养丰富、搭配合理、制作简便、口味鲜美且非常适合广大家庭学习制作的美味家常炒菜，其中有久负盛名的传统菜，也有流传广泛的创新菜，且南北东西风味兼顾，并以简洁的文字，对每款菜肴的用料配比、制作方法、操作提示等均做了具体的说明和阐述。其特点是把烹调技艺中的行业术语，以最通俗易懂的表达方式传递给读者，使读者能够在轻松的阅读、愉快的烹制过程中了解和掌握中国精美的烹调技艺。

<<家常炒菜精选>>

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>