

<<美味川湘菜分步详解>>

图书基本信息

书名：<<美味川湘菜分步详解>>

13位ISBN编号：9787514607031

10位ISBN编号：751460703X

出版时间：2013-2

出版时间：王楠楠 中国画报出版社 (2013-01出版)

作者：王楠楠

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>

<<美味川湘菜分步详解>>

内容概要

《美味川湘菜分步详解》为菜谱类图书全新选题，是本公司菜谱品种从粗放型向精细型的延伸和拓展

。《美味川湘菜分步详解》预计有250道菜左右，每道菜除了完整的菜品图片，还有分步制作图3-5幅，这样可以让读者更明确菜肴的用料、用量、制作关键步骤等环节，增强了菜谱的实用性和可信性，对于对菜谱感兴趣，但是对下厨并不精通的读者最适用不过了。

<<美味川湘菜分步详解>>

书籍目录

川湘凉拌 凉拌苦菊 辣油藕片 青红椒泡菜 芥末红椒拌木耳 麻辣花生米 辣椒油拌双花 浏阳脆笋 麻辣拌猪皮 凉拌猪肝 红油猪耳朵 麻辣素鸡 手撕牛肉干 卤水牛肉 辣拌酱牛肉 麻辣牛肉百叶 夫妻肺片 炆拌牛肉 醋拌牛肉 麻辣牛杂 椒油牛百叶 麻辣鸡肫 驴肉冻 凉拌鸡肝 野山椒鸡肫 川式怪味手撕鸡 麻味鸭翅 卤水鸭翅 凉拌鸭舌 椒麻卤鹅 美味鸭肫 麻辣鸭肫 川湘热炒 剁椒臭豆腐 剁椒芽白 干炒尖椒 干炸回锅腐竹 萝卜干毛豆 糊辣藕片 剁椒粉皮 豆豉辣椒炒扁豆 辣味苦瓜 干煸豆角 口蘑炒花菇 老干妈煎苦瓜 香辣土豆丁 双椒日本豆腐 鱼香豆腐 干煎老豆腐 豉椒炒豆腐 辣椒笋衣 干煸冬笋 手撕酸笋 尖椒炒五花肉 干炒猪肉丝 农家小炒肉 湖南小炒肉 宫保里脊 番茄西葫芦炒肉 炒回锅肉 豆角炒肉 芦笋炒五花肉 豇豆炒肉 末肉碎豉椒炒豇豆 湘味小炒茄子 萝卜肉丸子 宫保肉丁 虎皮辣椒 鱼香肉丝 腊肉炒三鲜 腊肉豆腐小油菜 蒜苗腊肉 腊肉炒芦笋 湘西酸肉 小炒猪心 小炒猪肝 爆炒猪肝 香葱腰花 麻辣腰花 泡萝卜脆脆香 干煸牛肉丝 麻椒牛肉 麻婆豆腐 麻辣牛肉干 蒜香牛柳 小炒牛肉 滑子菇炒牛肉 粉丝炒牛肉 西芹豆豉滑牛肉 麻辣豆腐炒牛肉 爆炒牛肉 爆炒牛肚 麻椒羊排 爆炒羊肚 小炒驴肉 冷吃兔 麻辣兔腿 麻辣鸡爪 麻辣子鸡 川辣鸡翅 辣味鸡丝 脆椒鸡丁 辣炒鸡心 鱼香凤爪 蕨菜炒腊鸡肠 湘版麻辣鸭 香辣鸭肫 血酱子鹅 炒鹅肝 双椒炒鳝鱼 小炒鳝鱼 干煸泥鳅 豉香沙丁鱼 辣炒海瓜子 老干妈黄颡鱼 椒辣带鱼 焖小黄鱼 椒盐墨鱼仔 双椒小黄鱼 豆瓣黄鱼 红袍墨鱼仔 泡椒墨鱼仔 香辣鱿鱼须 豉椒鲜鱿鱼 辣炒花蛤 豉椒牛蛙 川湘烧炖 川湘蒸煮 川湘汤煲 川湘小吃主食

<<美味川湘菜分步详解>>

章节摘录

版权页：插图：香葱腰花 原料猪腰400克，胡萝卜50克，洋葱15克，青椒、红椒各5克，芹菜10克。调料葱花、姜片、蒜瓣、香菜各5克，鱼露、酱油、蚝油各1/2勺，淀粉1勺，料酒1勺，盐、鲜汤各适量。

做法 猪腰撕去筋膜，剔净腰臊，改刀成凤尾腰花，冲洗干净，加入盐、料酒、淀粉拌匀，放入沸水中氽至断生，捞出盛盘。

洋葱、青椒、红椒、芹菜、胡萝卜、香菜均洗净后改刀，放入锅中，加入酱油、鱼露、姜片、蒜瓣、蚝油、鲜汤，大火烧沸，改小火熬至汤汁稍稠，滤出汤汁，淋在猪腰花上，撒上葱花。

锅中倒油烧至六成热，关火，将热油淋在腰花上，拌匀即可。

制作小叮咛 猪腰上面的白色胰腺一定要去除干净。

麻辣腰花 原料猪腰350克，油菜心100克。

调料葱姜蒜末、辣椒、花椒各10克，酱油、味精、料酒、淀粉各1/2勺，盐适量。

做法 将猪腰从中间片开，去除腰臊，斜切十字花刀，再切成条；油菜心洗净。

将猪腰放入沸水锅中氽一下，捞出沥水。

将葱姜蒜末、酱油、料酒、盐、味精、淀粉放入小碗中，调成味汁。

炒锅上火加油，放入花椒、辣椒煸香，放入猪腰、油菜心炒匀，倒入味汁，翻炒2分钟即可。

美味健康心情 油菜为低脂肪蔬菜，且含有膳食纤维，能与胆酸盐和食物中的胆固醇及甘油三酯结合，并从粪便排出，从而减少对脂类的吸收。

<<美味川湘菜分步详解>>

编辑推荐

《美味川湘菜分步详解》编者精心挑选了200余道原料简单、做法方便、健康营养的精美菜肴，希望能够给您的居家厨事增加一些选择、增添一点幸福，祝您吃得愉快、吃出健康。

<<美味川湘菜分步详解>>

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>