

<<米面口味好>>

图书基本信息

书名：<<米面口味好>>

13位ISBN编号：9787533527563

10位ISBN编号：7533527569

出版时间：2006-1

出版时间：福建科技出版社

作者：聂阳

页数：70

字数：50000

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>

## <<米面口味好>>

### 内容概要

《米面口味好》介绍米面类食物的特点、原料组成、制作方法等，其中制作小窍门、功效与宜忌是《米面口味好》的特色，目的在于提醒人们在日常饮食中除了要注重色、香、味外，还应注意其营养供给，以便确保膳食营养平衡。

《米面口味好》是快乐厨艺系列之一。

作者是中式烹调高级技师、国家级高级考评员，兼任扬州烹饪协会理事、中国电教协会理事；曾荣获江苏省第四届烹饪大赛个人金牌、全国首届技工学校教案大赛一等奖以及中国烹饪名师、江苏省烹饪技术大师、淮扬菜烹饪大师等称号。

《米面口味好》介绍米面类食物的特点、原料组成、制作方法等，其中制作小窍门、功效与宜忌是《米面口味好》的特色，目的在于提醒人们在日常饮食中除了要注重色、香、味外，还应注意其营养供给，以便确保膳食营养平衡。

《米面口味好》对广大家庭主妇和餐馆厨师合理配餐具有重要的参考作用。

<<米面口味好>>

作者简介

聂阳，党员，大学本科，江苏扬州生活科技学校教务科长、中式烹调高级技师、国家级高级考评员，兼任扬州烹饪协会理事、中国电教协会理事；曾荣获江苏省第四届烹饪大赛个人金牌、全国首届技工学校教案大赛一等奖以及中国烹饪名师、江苏省烹饪技术大师、淮扬菜烹饪大师、扬州市

## &lt;&lt;米面口味好&gt;&gt;

## 书籍目录

饭与粥 胡萝卜虾炒饭 韭香蟹黄饭 虾仁鹅粒泡饭 血糯海参拌饭 鲍汁香米菜饭团 扬州炒饭 珍珠蛤蜊饭  
黑米盏 肉丝蛋炒饭 菜丝鱼片粥 菜末年糕粥 枸杞紫菜粥 芦笋黄事粥 豆瓣咸鱼粥 木耳肉松粥 核桃南瓜  
粥 虾糕皮蛋粥 面疙瘩与面条 鲜香面疙瘩 肉丝菜心炒面 锦酱意大利面条 文蛤小刀面 蛭炒面疙瘩 辣酱  
鸡汁面 鱼片羊肉面 酒香牛肉酱面 鱼香腊鸡汤面 鱼子酱鸡面 牛柳珍菇盖浇面 饼与包子 海苔虾饼 蜜汁  
莲蓉包 鱼香三丝煎饼 可可虾卷 糯香豆沙锅饼 三丁大包 葱油蛋煎饼 空心麻球 宫廷窝窝头 虾羹薄饼 酒  
香脆皮卷 奶香葱油饼 香酥南瓜饼 双味虾饼 香肠卷 肉松吐司卷 牛肉夹馍 莲蓉马蹄 凤爪地锅饼 枣泥菊  
花酥 芝麻牛肉酥包 果馅糯米烙 奶香玉米烙 饼 馄饨与镜子 双色馄饨 虾肉云吞 虾馅鱼皮馄饨 月芽肉馅  
蒸饺 牛肉迷你饺 香素锅贴 肉馅秋叶饺 蟹黄虾饺

## &lt;&lt;米面口味好&gt;&gt;

## 章节摘录

馄饨与饺子 水饺是北方民间常食的地方小吃，多为面皮包馅水煮而成。各地名品甚多，如广东用澄粉做的虾饺，上海的锅贴饺，扬州的蟹黄蒸饺，山东的高汤小饺，东北的老边饺子，四川的钟水饺等，都是受人欢迎的品种。

西安还创出饺子宴，用数十种形状各异、馅心不同的饺子组成宴席来待客。

馄饨的名称多种多样，北方多称为馄饨，南方则叫“云吞”，而四川却称“抄手”，江西更别出心裁，叫“清汤”。

馄饨的品种也各式各样，河南安阳有“小香口灯笼馄饨”，和面时要加鸡蛋和盐，面皮仅6厘米见方，捏制后形状如灯笼；重庆有“过桥抄手”，因用筷子夹起煮熟的馄饨，再放入调料中蘸食而得名。

另外，上海有“虾肉蒸馄饨”，江苏有“鱼泡眼小馄饨”等。

加工方法 饺皮：饺子多以冷水和面为宜，擀成中间略厚四边较薄的圆面皮，包裹馅心，捏成月牙形或角形生坯，经沸水煮透而成。

饺皮也可用烫面、油酥面或米粉制作。

馅心：水饺的风味特色主要体现在馅心上，因此，馅料调制的好坏将直接影响到水饺的质量和口味。

馅心可荤可素，可甜可咸。

荤馅可用三鲜、虾仁、鸡肉、猪肉、牛肉、羊肉等作馅料；素馅可有什锦素馅和普通素馅。

水饺馅料一般为生馅，除了少数水饺为全素馅外，一般馅心是用各种荤素原料加工调制而成的。

北方水饺主要为菜肉馅，是分别用猪肉、羊肉、牛肉等加入韭菜、白菜、芹菜等制成的。

在南方，特别是东南沿海一带则常用鱼肉、海鲜等作馅料。

四川地处西南，水饺馅料多以净猪肉为主，很少加入蔬菜。

在调制不同的水饺馅料时，还应注意掌握各种不同原料的性质和特点，采取不同的加工和调制方法，才能使馅料达到令人满意的效果。

水饺的成熟方法可用煮、蒸、烙、煎、炸等，在煮制水饺时为了防止粘连，可参考以下三点建议。

1. 在和饺子面时，每500克面加一个鸡蛋，可使蛋白质含量增多，煮制时，因蛋白质收缩凝固，饺子皮变得结实，就不易粘连了。

2. 水烧开后加入少量精盐，待精盐溶解后再下饺子，直到煮熟，不用点水，不用翻动，水开时既不外溢，也不粘锅或连皮。

3. 饺子煮熟后，先用笊篱把饺子捞入温开水中浸一下，再装盘，就不会粘在一起了。

<<米面口味好>>

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>