

<<我的食尚主义：简单菜>>

图书基本信息

书名：<<我的食尚主义：简单菜>>

13位ISBN编号：9787534140877

10位ISBN编号：7534140870

出版时间：2011-8

出版时间：浙江科技

作者：月亮晶晶

页数：127

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>

## <<我的食尚主义：简单菜>>

### 内容概要

在这本书里，作者用轻松明快的语言记录自己的厨房心情和点滴日常生活，与大家分享着一道道看似平常，却透着浓浓人间烟火味的家常小菜的制作过程。

从快手省时的家常菜，到能让你在富余时间慢慢制作的拿手菜，还有调剂生活的小零食小甜点以及美味饱腹的主食类菜肴。

在繁忙的生活之余，请细细品味作者为你精心烹制的这道文字、视觉小宴，相信通过阅读本书，你不仅会厨艺大涨，而且会感受到作者简单平和的生活态度，那份有滋有味的怡然自得。

## <<我的食尚主义：简单菜>>

### 作者简介

月亮晶晶，网络美食达人，一个普通的家庭主妇，一个温婉聪慧的江南小女子，她坚信美食是有感情的，可以让快乐的心情随着自己亲手制作的美食传递给身边的每一个人。

## <<我的食尚主义：简单菜>>

### 书籍目录

第一篇：幸福其实很简单 轻松搞定的家常菜

懒人版电饭煲手撕鸡

酸辣土豆丝

高升排骨

茄汁花菜

虾皮韭菜炒鸡蛋

豌豆虾仁

蚝油杏鲍菇

酱爆花蛤

酱香豆腐

沙茶尖椒牛柳

盐焗猪肝

火腿蛤蜊豆腐汤

红烧豆腐鸡

番茄酱鸡翅

农家小炒肉

豉辣苦瓜

第二篇：总是给你不一样的惊喜 绝密拿手的私房菜

泡菜虾

魔芋啤酒鸭

鱼香豇豆

干锅鱼头

蒜泥蚝油沼虾

番茄猪肝浓汤

番茄鱼

摇滚沙拉

日式烤鳗鱼

烤酿鲜鱿

奇妙芥末虾

鲜虾粉丝煲

避风塘海虾

马兰拌螺肉

酸菜鸭血汤

纸包柠香排骨

葱香南瓜丁

韭菜花炒蚬肉

宫保杏鲍菇

梅子排骨

第三篇：最是那37 的温情 温暖好味的主食

土豆炸酱面

虾仁炒米粉

鲜蔬鸡丝面

春川拌面

片儿川

番茄肉酱意面

<<我的食尚主义：简单菜>>

虾仁蛋炒饭  
葡萄干发糕  
海苔土司卷  
鲜肉发面饼  
鲜虾青瓜烙  
鲜蔬剪刀面  
南瓜香肠焖饭  
薯香彩椒鸡肉焗饭  
果蔬能量卷  
泡菜煎饼  
第四篇：生活需要用心体会 怡情的小零食和小甜点  
奶香南瓜羹  
7分钟微波花生米  
草莓芝士布丁  
椒盐薯条  
多芒小丸子  
梨蓉酒酿小圆子  
酸奶红薯泥  
芒果西米捞  
水果“糖”  
微波鸡肉串  
椰汁西米糕  
美味猪肉脯  
香香茶煮蛋  
香辣鸭脖  
糖不甩  
法式可丽饼  
糖炒栗子  
香蕉小子

## <<我的食尚主义：简单菜>>

### 章节摘录

版权页：插图：有网友留言：“每次烧豆腐，豆腐都会被炒碎掉，最后烧出一盘豆腐渣！”也许这个问题很多人都碰到过，其实只要注意几点，豆腐就不易碎了。

一般豆腐分3种，老豆腐、嫩豆腐和内酯豆腐，老豆腐本身质地比较硬，不易碎，嫩豆腐其次，内酯豆腐最娇嫩，最容易碎。

让豆腐不易碎有几个要点： 氽水。

锅中水煮开，放一小勺盐，把豆腐切块后放进去稍煮一下，再捞出。

水的热量和水中的盐分可以让豆腐表面收紧，这样处理过的豆腐，再用来做菜就不易碎。

油煎。

把豆腐切块，锅中烧热油，放入豆腐块用中小火煎。

豆腐入油锅后不要马上翻动，待几分钟后豆腐表面结壳了，再翻过来煎另外一面。

煎过的豆腐表面结了一层壳，做起来也不容易碎。

豆腐入锅后，不要用锅铲去铲，要用锅铲的反面轻轻推，这样既能让豆腐、配料、汤汁混合均匀，又能防止锅铲铲碎豆腐。

豆腐入锅后，索性不用锅铲，而是端着锅子轻轻晃动，这样豆腐也不易碎。

<<我的食尚主义：简单菜>>

编辑推荐

<<我的食尚主义：简单菜>>

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>