

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

图书基本信息

书名：<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

13位ISBN编号：9787535760838

10位ISBN编号：753576083X

出版时间：2010-4

出版时间：湖南科技出版社

作者：彩膳厨房生活小组 编

页数：91

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>

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

前言

粤菜源远流长，历史悠久。

早在战国时期，就有南方人吃蛇的记载。

西汉人刘安编著的《淮南子》，也说“越人得蚺蛇以为上肴”，可见广东人以蛇入食已有两千年以上的历史。

南宋人的《岭外代答》还有粤人“不问鸟兽虫蛇，无不食之”的夸张描写、宋末，皇室南迁，众多御厨和官府厨师云集于粤，南北技艺交会融合。

明清之后，广东对外交往频繁，市井日益繁荣，带动了饮食服务作为一个商业行业发展起来，为粤式饮食特别是粤菜的成长提供了一个非常重要的条件和场所，发展至今，粤菜以特有的菜式和韵味，独树一帜，在国内外享有盛誉。

广东地处亚热带，濒临南海，四季常青，物产丰富，可供食用的动物、植物，无所不有，蔬果时鲜，四时不同，这给粤菜烹饪提供了丰厚的物质基础。

粤菜取材广泛，菜式丰富。

它用料广博奇杂，配料多而巧，而且一经厨师妙手，顿时成为美味佳肴、异品奇珍。

粤菜的另一个突出特点是善于融汇别家，博采众长，在模仿中创新，善于变化。

如脍炙人口的松子鱼，即由浙江名菜松鼠鱼演化而来，家喻户晓的咕嚕肉，也源出北方的咕嚕肉。

粤菜的第三大特色是注重质和味，口味比较清淡，可用“清、鲜、嫩、滑、爽、香”六字概括其风味特色，而且随节令变化而不同，夏秋力求清淡，冬春偏重浓郁。

这是粤菜广受欢迎的根本原因。

粤菜追求原料的本味、清鲜味，如活蹦乱跳的海鲜、野味，要即宰即烹，原汁原味。

粤菜调味品种类繁多，遍及酸、甜、苦、辣、咸、鲜。

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

内容概要

粤菜鲜爽清淡，味美可口，鲜而不俗，脆嫩不生，油而不腻，成为现代人追捧的健康饮食。学做粤菜，也成了现代人的一种时尚。

本分册介绍了近90款具有鲜嫩、幼滑特色的粤菜，并详细介绍了制作每道菜的原料、调料、制作过程、营养知识及烹饪要点。

并且公开相关的口味及食材的变化妙招。

书中所选每道菜皆由粤厨名师亲自示范操作过程，以图解的方式展示在您面前，让您能轻松地学会家常粤菜的制作方法技巧，为自己和家人做出一桌又一桌美味可口、营养健康、丰盛诱人的粤式好菜。

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

书籍目录

豆腐滑番茄滑烧茄子美味腐竹鲜滑鱼尾豆腐焖香菇鸡焖生板果滑烧鲜豆腐香拌滑牛鸡松酱拌茄子蚝油嫩鸡香嫩豆腐块香蒸花肉片番茄拌皮蛋香拌油豆腐滑拌猪肝冬瓜蒸蛋黄腊肠蒸滑鸡干贝滑蒸蛋菇蒸土鸡南瓜蒸花肉伍元蒸南瓜锦绣蒸蛋滑炒虾仁豆腐鸡丝滑炒韭黄滑蛋鲜虾仁苦瓜炒鸡蛋滑炒香菇肉片番茄炒鸡蛋滑炒牛肉滑蛋洋葱头红焖草鱼块滑蒸白菜卷肉丝炒金针菇滑炒二丝滑蛋韭黄黄花菜炒鸡蛋鲜滑鱼头豆腐蛋黄蒸酿苦瓜蛋黄酿豆腐菠萝炒肉片肉酿苦瓜芡实蒸滑蛋苹果炒虾仁滑炒海参煨炒猪肝嫩滑烩鸭片木耳烧豆腐香焖牛肉洋葱炒牛肉莲子鸡肝嫩滑豆腐烧苦瓜豆腐番茄汤鲜嫩黄鱼豆腐蚝油生菜鸡蛋菠菜汤滑炒鸭片三丝白菜汤玉米香菇羹香拌茄子泥碧绿嫩豆腐香菇滑菠菜蚬肉煮水瓜香芋香滑烩羊肉猴头菇炖鸡腊味土豆泥滑炒猪血块芡汁香菇滑滑炒肉丝南瓜排骨汤川芎白芷瘦肉汤芡实乌鱼汤滑炒鸡丝笋干猪心紫菜汤滑炒乌鱼丝滑拌海带丝木耳嫩豆腐南瓜牛肉汤乌鸡雪蛤汤滋补鹤鹑汤淮山猪尾汤桂莲鸡蛋汤银耳木瓜糖水川芎天麻炖鱼头瘦肉莲藕汤清润牛肉汤栗子煲鸡汤附录一：常见食物营养成分表附录二：一周营养配餐

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

章节摘录

插图：

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

编辑推荐

《粤吃越有味·嫩滑篇》：近90道具有鲜嫩、幼滑特色的家常粤菜，粤厨名师亲自示范操作，图解制作全过程，让你一学就会，轻松享受粤味美食，粤吃越有味。
献给2010年亚运会的健康饮食粤韵盛宴，味道江湖粤菜精选

<<粤吃越有味·嫩滑篇>>

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>