

<<懒人锅>>

图书基本信息

书名：<<懒人锅>>

13位ISBN编号：9787538143003

10位ISBN编号：7538143009

出版时间：2005-1-1

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：林美慧

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>

<<懒人锅>>

前言

在这繁忙的社会，每个人为着生活而奔波忙碌，常常一日三餐草草在外解决，既不经济实惠也无法顾及均衡的营养。

大家都知道一日三餐影响着自身的健康，也关系着精神情绪，美好的饮食更能增加生活情趣。

但往往因为工作忙，让人们懒得下厨，视进厨房为繁琐而麻烦的工作；其实找对食谱、用对方法，不需要费太大的工夫就可以做出一桌好料理。

所以在炎夏之际，特别为读者企划出《懒人面》一书；而当气温一降，全身都在寻求温暖的能量时，贴心的我们，立刻再为读者规划出这本《懒人锅》，精选70道好口味汤锅，包含了最节省时间的“10分钟快手锅”、充满情调的“异国风味流行锅”、最居家好吃的“传统家常锅”和冬令进补一定要品尝的“养生健康锅”四大单元；希望把世界各国的美味传授给读者，温暖你的胃、你的心。

汤品首重汤头及蘸料，只要汤头对味，食物入锅即可交融出美味，为顾及“懒人”的主题，书中食谱都以现成的蘸酱及冬菜、罐头高汤、鸡粉、鲣鱼粉等最简单快速的方式来烹调；而如果有闲余，建议读者利用假日花些时间熬制高汤，分批放入冰箱冷冻，需要时可以省时做出好汤锅。

时代在进步，懒人有口福；烹调并不难，只要有方法。

在自家厨房烹调出来的美味，就是最幸福的滋味。

希望本书的读者都能借书中的汤锅，温暖一整年的口腹。

<<懒人锅>>

内容概要

《懒人锅》汤品首重汤头及蘸料，只要汤头对味，食物入锅即可交融出美味，为顾及“懒人”的主题，书中食谱都以现成的蘸酱及冬菜、罐头高汤、鸡粉、鲣鱼粉等最简单快速的方式来烹调；而如果有闲余，建议读者利用假日花些时间熬制高汤，分批放入冰箱冷冻，需要时可以省时做出好汤锅。

<<懒人锅>>

书籍目录

序 / 时代在进步，懒人有口福 懒人轻松买 懒人蘸酱DIY 懒人高汤DIY 10分钟快手锅 蒟蒻丸子汤 米苔目汤 萝卜糕汤 豆豉汤 河粉汤 小卷米粉汤 鱿鱼羹 油豆腐细粉面线糊 懒人面 咸粥 鲑鱼茶 泡饭 面疙瘩 拨鱼面 鲜肉汤圆 馄饨汤 客家成汤圆 酒酿汤圆 泡菜年糕汤 异国风味流行锅 韩式泡菜海鲜锅 番茄海鲜锅 麻辣锅 臭臭锅 涮涮锅 寿喜锅 日式小火锅 红糟火锅 泰式酸辣海鲜锅 咖喱火锅 椰香咖喱锅 椰奶芋香锅 罗宋汤 豆浆火锅 奶茶火锅 瑞士起士锅 瑞士巧克力锅 意大利番茄蛤蜊锅 传统家常火锅 砂锅狮子头 螃蟹火锅 鱼头火锅 酸菜白肉火锅 沙茶火锅 毛肚火锅 肠旺火锅 牛腩锅 菜脯鸡汤 凤梨苦瓜鸡 罐煨肚条 白椒猪肚汤 四神汤 冬菜鸭汤 虱目鱼肚汤 鲑鱼味噌汤 莲藕排骨汤 番茄排骨汤 番茄豆腐煲 一品猴头菇汤 二筋一汤 佛跳墙 养生健康锅 烧酒虾 枸杞炖鳗鱼 山药养生锅 麻油鸡 人参鸡 蒜王鸡 十全大补鸡 当归鸭 姜母鸭 羊肉炉 药炖排骨

<<懒人锅>>

章节摘录

插图：

<<懒人锅>>

编辑推荐

《懒人锅》：快手锅、流行锅、家常锅、养生锅70道。
10分钟快手锅+异国风味流行锅+传统家常火锅+养生健康锅+基础汤底+蘸酱=由极简单到最流行的70道超级懒人锅。

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>