

<<靓汤王888>>

图书基本信息

书名：<<靓汤王888>>

13位ISBN编号：9787538156300

10位ISBN编号：7538156305

出版时间：2008-12

出版时间：辽宁科技

作者：名师文化生活编委会

页数：239

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>

<<靓汤王888>>

内容概要

喝汤有益健康 中国饮食文化的历史源远流长，菜品选料讲究、加工精细、火候把握得当，烹饪方法更是多种多样，有蒸、炒、煎、炸、炖、煮、煨、烧等，可入菜、可做汤。

而这其中，汤就是菜肴中的一个重要组成部分，在日常饮食生活中占有举足轻重的地位。

汤不仅味美可口，能刺激食欲，而且营养丰富，可作正餐，亦可佐餐。

餐桌上的汤虽看似简单，但却包含有养生保健的大学问，从原料的选择购买到制作过程，再到喝的方法，都要非常讲究。

饭前喝汤可湿润口腔和食道，刺激口胃以增进食欲；饭后喝汤可爽口润喉，有助于消化。

中医认为，汤有健脾开胃、利咽润喉、温中散寒、补益强身等多种功效，汤还有预防疾病、养生、保健、治疗、美容等诸多功效。

《靓汤王888》就是为了满足广大家庭读者的需要精心编写而成，根据饮食应顺应四时的原则，科学地将家常汤分为春季滋补汤、夏季消暑汤、秋季润燥汤、冬季温补汤。

在四季家常汤的基础上，又将汤从制作工艺上细分为滚汤、煲汤、炖汤、煨汤。

编者仔细挑选了888道经典靓汤，为读者提供每道汤的详细做法，并体贴地加入了与之相关的健康知识，让您在享受到美味营养汤的同时，还能收获到健康。

本书专门聘请专业厨师和摄影师制作及拍摄精美菜品图片，在编写制作中力求做到内容通俗易懂，设计装帧精美，图文并茂，方便读者现学现用。

<<靓汤王888>>

书籍目录

第一章 春季滋补汤 一、滚汤 生地猪肝瘦肉汤 瘦肉海带丝汤 银耳竹笋汤 芦笋鱼片奶汤 发菜鲍鱼片汤 蟹肉豆腐汤 生菜鱼片汤 四季豆奶汤 酸菜豆腐鱼 黑木耳柿饼汤 红豆南瓜甜汤 奶汤海三味 蛤蜊疙瘩汤 菜心鱼丸汤 清汤鱼脆 桃仁肉片汤 皮蛋苋菜汤 豆腐酸菜鲫鱼汤 果味瘦肉汤 火腿鲃鱼汤 红薯牛奶汤 洋葱西红柿豆腐汤 酸味芥菜蛋花汤 椒麻莼菜汤 菠菜肝片汤 腊肉牛筋汤 鱼皮白菜汤 蟹肉火腿奶味汤 培根蘑菇茄汁汤 笋菇豆腐汤 笋片鲫鱼汤 青豆鲢鱼头汤 木耳香菇淡菜汤 百叶结咸肉汤 菠菜土豆牛肉汤 牛肉末豆腐汤 木耳香干丝汤 芥菜姜汤 木耳菜心蛋汤 桂枣山药汤 西红柿杂锦汤 红枣白菜心蛋花汤 口袋豆腐汤 三茵豆腐汤 西红柿胡萝卜橙汁汤 四味猪肝汤 韭菜酸菜猪血汤 老姜猪腰汤 虾仁海参汤 西红柿蔬菜汤 腰片蛋花汤 青蒜蛋花汤 蟹肉虾奶汤 猪肝豆腐汤 奶油玉米酱浓汤 鸽蛋莲藕汤 艾叶蛋花汤 双冬鳊鱼汤 三茵猪肝汤 鸡片海参汤 瑶柱豆苗猪肝汤 葱豉豆腐汤 猪血豆腐粉丝汤 牛肉杂骨汤 蘑菇海带肉丝汤 马蹄腐竹猪肝汤 什锦圆白菜汤 枸杞蛋花汤 蚝豉猪舌鸡腿汤 五花酥肉芥菜汤 蛤蜊鲫鱼汤 竹笋芦荟汤 泡菜蚕豆汤 肉片红苋汤 茶树菇猪心汤 竹笋虾胶汤 肉蓉菠菜汤 面包芦笋汤 洋葱胡萝卜汤 虾皮南瓜汤 培根蚕豆汤 黑芥牛肉汤 椰菜烟肉汤 夜来香鸡片汤 银白芽丝汤 米粉鱼豆腐汤 参鲍双珍汤 薏米萝卜汤 豆苗肚尖鸭掌汤 三鲜鱼翅汤 蘑菇鱼唇汤 二、煲汤 三、炖汤 四、煨汤 第二章 夏季消暑汤 第三章 秋季润燥汤 第四章 冬季温补汤

<<靚汤王888>>

章节摘录

插图：

<<靓汤王888>>

编辑推荐

《靓汤王:最好喝最营养的家常汤888》专门聘请专业厨师和摄影师制作及拍摄精美菜品图片,在编写制作中力求做到内容通俗易懂,设计装帧精美,图文并茂,方便读者现学现用。

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>