

<<新实用家庭菜谱>>

图书基本信息

书名：<<新实用家庭菜谱>>

13位ISBN编号：9787538441857

10位ISBN编号：7538441859

出版时间：2009-7

出版时间：《新实用家庭菜谱》编委会 吉林科学技术出版社 (2009-07出版)

作者：《新实用家庭菜谱》编委会

页数：407

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>

<<新实用家庭菜谱>>

前言

有人开玩笑地说，从古到今，人类问自己最多的一个问题就是“今天吃什么”。

以前是食物匮乏，不知道有什么可以吃；而现在是选择太多，挑花了眼。

八大菜系种类丰富，酸甜苦辣应有尽有，也难怪现在很多人为了吃一顿饭而犹豫不决了。

对于一日三餐，人们的要求越来越高，不但要色香味俱全，还要营养丰富、有益健康。

越来越多的人远离了酒店饭馆，走进了自己厨房的小天地。

无论是假日料理一顿大餐，还是下班后烹制一两道小菜，自己动手做出来的饭菜终归比在饭馆里吃得舒心。

厨房虽然是一个充满烟火气的地方，但也是家的一部分。

自己做饭的人，不正是喜欢这种“家”的感觉么？

您可能还是一个初下厨房的新手，也可能是深知其味的个中高手，不管属于哪一种，我们相信这本《新实用家庭菜谱》都会对您有所帮助。

在10余位烹饪大师的指导、帮助，以及5年来热心读者的意见反馈下，我们从超过20000款菜例中，精选出近2000款最受欢迎的南北家常菜肴。

这些菜肴好学易做，而且注重营养，根据《中国居民膳食指南》中的膳食原则，在《实用家庭菜谱》的基础上进行了重新编写，使其尽量符合现代人的营养需求。

同时，烹饪大师们对传统的烹饪手法进行了改造、升级，让做法更简单、更适合现代厨房操作。

我们也考虑到不同读者的需要，将这些菜肴根据原料、做法、口味等等不同，细分成30大类，让不同需要的读者都可以找到所需的菜肴。

内容丰富、简单实用、选择方便，这就是我们制作这本菜谱的初衷。

<<新实用家庭菜谱>>

内容概要

对于一日三餐，人们的要求越来越高，不但要色香味俱全，还要营养丰富、有益健康。越来越多的人远离了酒店饭馆，走进了自己厨房的小天地。

无论是假日料理一顿大餐，还是下班后烹制一两道小菜，自己动手做出来的饭菜终归比在饭馆里吃得舒心。

厨房虽然是一个充满烟火气的地方，但也是家的一部分。

自己做饭的人，不正是喜欢这种“家”的感觉么？

根据5年来全国读者热心反馈，10余位烹饪大师从超过20000例家常菜谱中，精心挑选出近2000例南北皆宜、好学易做的家常菜。

按照百姓生活需要，细分30个种类，通过主料、类型、口味等方法查找，方便使用，轻松上手烹饪大师结合《中国居民膳食指南》要求，全面升级、改造传统菜品制作工艺，符合现代人营养需求，让您用最家常的食物吃出健康好身体。

<<新实用家庭菜谱>>

书籍目录

猪肉类白肉蘸蒜泥扒肘子霸王全肘扒肥肠白菜炒三鲜肉爆两样菜胆冬菇烧蹄筋茶香猪心橙汁猪柳卷醇香京酱肉丝葱烧肉段醋熘丸子东坡肘子冬菜肉丁豆豉千层肉豆豉盐煎肉 番茄里脊翡翠腰花干豆角炖排骨锅焖黑椒猪手风味蒸肉海带炖肉韭黄炒猪肚红扒猪舌红烧猪尾花椒肉花仁肉丁滑熘里脊火爆腰花姜丝肉酱爆肉丁酱排骨茭白炒肉丝椒雪肉片茭笋蜜豆炒猪肝茭笋炒猪肝辣白菜炒肥肠苦瓜镶肉环金牌蒜香骨 辣子肉丁 里脊肉炒青椒芦笋炒里脊梅菜扣香肉麻辣猪肝鲁式炒肉美味肉串青椒酱爆肉清烹里脊肉段烧茄子软炸里脊三色爆肚片山楂肉条水果肉酸辣蹄筋香油腰花雪豆烧猪蹄芫爆肚丝洋葱炒猪肝鱼香红酥手猪柳扁豆卷芝麻肉丝醉姜猪蹄白灼猪腰豆豉蒸排骨葱爆肉川味猪肝干炸肉段果酱煎猪扒红椒酿肉红烧排骨椒麻猪肝烂蒜麻辣肚生爆盐煎肉蒜苗炒肉猕猴桃肉丝咖喱肚丝鲜山药焖猪肘京味酱爆肉秘制酸辣猪蹄排骨焖山药飘香猪脆骨生炒小排骨蒜薹炒五花肉糖醋排骨香辣小排骨香芹爆猪肝牛大蒜烧牛腩葱香牛扒葱烧蹄筋大蒜烧蹄筋番茄牛舌粉蒸牛肉腐竹煨牛肉干炒牛河干烧牛肉片干邑辣汁牛扒蚝油牛肉丝黑椒煎牛排虎皮杭椒浸肥牛红烧黄牛尾红酒烧牛排黄豆酱烧牛肉煎串肉家常牛肉粒家常烤牛肉豇豆炒牛肉芥蓝烧牛肉咖喱焖牛腩金瓜焖小牛肉松茸扒牛排咖喱牛肉土豆凉瓜炒牛肉萝卜酒酿烧牛腩萝卜烧牛肉白汁牛肉炒牛肚丝百合牛柳陈皮牛肉麻香牛肉干蒙古烤肉牛肉丝炒粉牛肉碎炒豆干牛仔盖炒酸黄瓜芹菜扒牛柳茄汁排叉牛柳青椒牛肉丝撒子爆牛肉桑拿牛肉松仁汉堡牛扒酸菜牛肉丝酸辣香牛排桃梨焖牛肉家常焗牛肉丝乌克兰牛肉五彩牛柳丝洋葱烩牛里脊杭椒牛柳韭菜银芽炒牛肉油淋金针百叶土豆炖牛肉辣子牛肉丁蜜汁牛柳香酥牛肉油爆百叶手撕牛肉芝麻牛排番茄烧牛肉.....

<<新实用家庭菜谱>>

章节摘录

插图：

<<新实用家庭菜谱>>

编辑推荐

《新实用家庭菜谱》：根据5年读者反馈，精选最好吃的家常菜10余位烹饪专家从20000款菜例中精挑细选2000款入选菜例按不同需要细分30大类结合膳食需要，传统烹饪工艺全面升级改造全国美食类畅销书《实用家庭菜谱》终极改造版——最实用的家庭烹饪宝典

<<新实用家庭菜谱>>

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>