第一图书网, tushu007.com

<<精选家常菜全集>>

图书基本信息

书名：<<精选家常菜全集>>

13位ISBN编号：9787543666467

10位ISBN编号：7543666464

出版时间：2010-11

出版时间：青岛出版社

作者：美食生活工作室 编

页数：352

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

内容概要

对于一个家庭来说，下厨做饭的人往往都会感叹众口难调。
《精选家常菜全集》挑选了150余种常见食材，精心烹制了1000余道美味菜肴，这些菜肴烹调方法各异，口味多样，形式多变，相信一定能满足家庭每个成员的口味要求。

本书邀请知名营养专家对每一种食材的保健功效都做了准确的定位，并对食材间的搭配、特殊人群的饮食宜忌以及各种常见病的饮食宜忌都做了简要介绍，能指导读者针对个人的实际情况合理地运用各种食材，烹制健康美味的菜肴。

第一图书网, tushu007.com

<<精选家常菜全集>>

书籍目录

第一篇 举一反三学做菜
原料的预处理(附实例)
怎样掌握火候
如何辨别油温
烹调前为什么要进行预热处理
焯水
挂糊
上浆
过油
勾芡
举一反三学做凉菜(附实例)
炝
拌
腌
卤
举一反三学做热菜(附实例)
炒
熘
爆
烧
焖
煎
炸
烤
蒸
举一反三学做汤菜(附实例)
炖
烩
煮
氽
煲
煨
第二篇 精选家常菜
第三篇 精选家常主食&饮品
第四篇 科学饮食保健康

第一图书网, tushu007.com

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