

<<中华好汤>>

图书基本信息

书名：<<中华好汤>>

13位ISBN编号：9787546402185

10位ISBN编号：7546402182

出版时间：2010-9

出版时间：成都时代出版社

作者：良品

页数：90

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>

## <<中华好汤>>

### 内容概要

本书囊括了中华靓汤的精华，荟萃了各种不同疗效的汤品。根据中医学原理，由营养师配菜、名医指点，让你在一饱口福的同时，更能享受靓汤带来的神奇功效。

本书让你从了解中国汤羹的历史以及汤水的保健作用开始，教你如何煲汤。精美的图片，烹饪的技巧，煲汤的细节，简单的文字，翔实的过程，让你成为煲汤高手！

## &lt;&lt;中华好汤&gt;&gt;

## 书籍目录

## 理论篇

汤，中国饮食文化中的“精彩一笔”  
 保健养生“无与伦比”  
 烹汤有“妙招”  
 煲汤选“材”有讲究  
 烹汤应注意的细节

## 案例篇

## 第一部分 清热解毒之汤

香菇萝卜豆皮汤  
 薏米猪腱汤  
 什锦素菜汤\清汤白菜  
 干贝海鲜羹\菜干猪肺汤  
 芹菜豆腐煲\苦瓜排骨汤  
 高汤煮节瓜\芥菜肉丸汤  
 虾仁莼菜羹\皮蛋大白菜汤  
 青豆炖排骨\洋参双雪瘦肉汤  
 葛花苦瓜炖排骨\罗汉果川贝炖鹌鹑  
 金霍斛虫花炖乳鸽\川贝雪梨炖鹌鹑

## 第二部分 健脾和胃之汤

五圆整鸡汤  
 豆腐煮黄颡鱼\萝卜丝煮膏蟹  
 鱼丸汤、鱼蛋海鲜汤  
 生姜大枣汤\冰糖炖香蕉  
 青菜豆腐羹\香菜鱼片皮蛋汤  
 鲜中鲜锅仔\西红柿蛋汤  
 石斛肉丸汤\菌王肉丸汤  
 川贝桔梗炖鹌鹑\药材猪肚汤  
 苦瓜干贝炖龙骨\青椒紫苏鲍鱼

## 第三部分 安神宁心之汤

玉米煲排骨  
 莲子田鸡汤\浓汤干捞翅  
 天麻猪脑汤\灵芝土茯苓炖龙龟  
 浓汤鱼丸  
 豆腐煮蟹\香菜羊肉蛋汤  
 桂参大枣猪心汤\灵芝煲老龟  
 虫花灵芝炖鸡

## 第四部分 滋阴助阳之汤

野生金霍斛炖龟  
 牛鞭姜汤\苁蓉黄精鳃骨汤  
 鳗鱼枸杞汤\人参甲鱼炖老鸽  
 菜胆肉丸杏仁汤\花胶水鸭汤  
 生姜鸽子汤\鱼翅螺头虫草汤  
 炖羊鞭\红枣鸡肉巴戟天炖鹿尾  
 干贝花胶炖乌鸡\巴戟苁蓉炖鹿鞭  
 海龙海马炖海狗\红参海马炖鸡-

## &lt;&lt;中华好汤&gt;&gt;

乌鸡炖鹿鞭\北芪枸杞乳鸽汤

炖羊胎盘

锅仔黄酒浸双宝\羊腰滋补汤

酸菜全羊汤

富贵五珍锅\巴戟花胶炖鲜鹿尾巴

## 第五部分 补气养血之汤

四物鸡汤

红枣炖兔肉\牛肉莲子红枣汤

党参北芪红枣炖鹌鹑

野生金霍斛蝎子炖老鸡

排骨藕汤\羊肉汤

原味羊肚汤\牛肉莲子乌鸡汤

丹参田七花旗参炖鸡\人参炖乌鸡

丹参灵芝炖鸡\海底椰炖雪蛤

参苓大枣鸡汤\老母鸡炖羊胎盘

红参肉丸汤\羊肾红枣汤

## 第六部分 美容养颜之汤

鱼蟹一锅煮

丹参羊肉豆腐\花生煲猪尾

萝卜甘蔗马蹄汤\雪蛤海鲜羹

花菇炖竹荪\冰糖燕窝炖鸽肉

烧酒老姜土鸡\椰子银耳煲老鸡汤

木瓜鱼腩煲\参芪玉米排骨汤

青木瓜鱼头汤\西湖牛肉羹

黄豆炖猪手

池底参炖羊胎盘\田七红参炖鸡

灵芝炖鸡\冬菇枸杞鸡脚汤

## 第七部分 强筋壮骨之汤

鲜淮山筒骨煲

珍珠煲草龟\红糟羊肉汤

当归九孔排骨锅\排骨菜胆汤

清炖牛肉

三黄鸡汤\羊排砂锅

红枣枸杞土鸡汤\玉米牛尾

生地煲排骨\牛大力炖鹿蹄

## 第八部分 养心降压之汤

上汤豆苗

归芪羊肉姜汤\黄芪鲜菇炖黄鳝

翡翠羹\素菜什锦汤

大芥菜贡丸煲\木瓜雪蛤炖老鸡

菌菇瘦肉汤

天麻炖鹌鹑\生蚝牛蒡汤

## 第九部分 保肝降糖之汤

发菜鱼翅羹

蛤蜊冬瓜盅\参须枸杞炖白鳝

萝卜丝煮鲫鱼\瘦肉木瓜汤

水瓜竹荪汤\冬瓜羊肉汤

<<中华好汤>>

蘑菇氽羊肉丸

洋参金霍斛麦冬炖老鸡\鲜茯苓茅根炖乳鸽

虫草鸡肉炖老龟

川芎白芷天麻炖鹌鹑\沙参玉竹炖乳鸽

金针生地鲜藕汤\番茄红薯牛肉汤

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>