

<<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！

<<中华好汤>>

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-

<<中华好汤>>

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

川芎白芷天麻炖鹧鸪\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>