

<<省钱大比拼>>

图书基本信息

书名：<<省钱大比拼>>

13位ISBN编号：9787801888693

10位ISBN编号：7801888693

出版时间：2007-8

出版时间：饮食调制技术及设备

作者：黄娟娟

页数：114

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>

## <<省钱大比拼>>

### 内容概要

“省钱大比拼”是中央电视台推出的大型娱乐竞赛节目。

而本书紧紧围绕“省钱大比拼”节目的宗旨，梳理节目中经典私家菜的制作过程，整理厨房小窍门，以及归纳营养小常识，忠实还原每一位参赛选手的厨艺精髓。

各种厨艺小窍门、营养小常识是您烹饪过程中不可或缺的必修课程，不仅省气、省油、省时间，而且达到事半功倍的效果。

美味是前提，省钱是宗旨，营养健康是最终目的。

但愿这本《省钱大比拼》不仅能为您省钱，还能通过美味菜色滋润您的每一天。

## &lt;&lt;省钱大比拼&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 1号挑战者何达民 焖干肉、煎猪肉、捻尖尖、油撕疙瘩子 2号挑战者朱桂琴 富贵石榴包、芙蓉鸡片、糖醋鱼块、蜜汁索肉 擂主罗继成 杀猪菜、番茄马哈鱼、熏兔肉, 东北大拉皮第二章 1号挑战者刘蜀德 酥排骨、椒麻鱼片、响铃鸡片、陈皮麻辣牛肉干 2号挑战者王长宝 生煎包, 葱油饼、珊瑚鱼、红烧狮子头 擂主罗继成 翻膛鱼、拔丝大红枣、三宝鸭脯、全家乐第三章 1号挑战者孙玉杰 莲蓬豆腐、豆腐四喜丸子、油淋羊肉豆腐、豆干五花肉 2号挑战者张素梅 小肠苦笋煲、海蛎煎、槟榔芋炖猪脚、冬粉鸭 擂主王长宝 瓦块鱼、蚂蚁上高山、歌乐山辣子鸡丁、雀巢土豆丝第四章 1号挑战者田金花 菜馍、三色竹节面、懒豆腐、面蝌蚪 2号挑战者窦桂杰 五彩荷包鱼、水晶皮; 东、黄花酥、龙眼酸菜 擂主张素梅 鹿筋牛膝煲、龙马乳鸽、淮山药胡萝卜、煲老鸭、天麻炖鲤鱼第五章 1号挑战者徐霞贲 金华豆腐包、千张包子和乌饭、萝卜大肉丸、双味春卷 2号挑战者陈作畅 潮汕牛肉丸、菜脯蛋、龙舌凤尾汤、竹笋焖鸭 擂主窦桂杰 鲫鱼蒸蛋、米崩鸡翅、开花茄子、酸菜鱼片第六章 1号挑战者季越华 干菜焖肉、霉干张蒸肉、笋干炖鸭、饭焐萝卜菜 2号挑战者李庭芳 门钉丸子、酱肉、酱爆肉丁、北京豆酱 擂主陈作畅 潮汕稞桃、糯米肠、鱼头芋、酸甜排骨第七章 1号挑战者潘亚萍 酱椒鱼头、竹香猪脚、香酥鲫鱼、吹肉番干子 2号挑战者陈谦和 黄酒焖肉、葵花鹌鹑蛋、卤鸭头、佛手鱼 擂主李庭芳 褡裢火烧、锅塌茄盒打卤擦咯、果子干第八章 罗继成 东北年糕 王爱珍 赛海参 叶式萱 甜烧白 路之玉 四季野鸭荷莲藕 施理君 芙蓉花开 吕仁盛 沙司肉卷 黄薇 省钱大拌菜知识问答

<<省钱大比拼>>

章节摘录

插图

## <<省钱大比拼>>

### 编辑推荐

《省钱大比拼》是CCTV1金牌收视节目夕阳红倾情奉献：省钱大比拼，百姓私房菜。人人都说“钱不是省出来的”，人人也都知道“钱不省是不行的”。在大谈理财的当下，一面开源，一面节流是让生活富裕起来的绝对的硬道理。民以食为天，如何在“吃”这件大事上既做到节省资金，又注重营养搭配，可以说得上是一门学问了。

<<省钱大比拼>>

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>