

<<方太食谱>>

图书基本信息

书名：<<方太食谱>>

13位ISBN编号：9787806199244

10位ISBN编号：7806199241

出版时间：2000-5

出版时间：广西科学技术出版社

作者：方任利莎 编著，吴嘉文 英文翻译

页数：94

字数：4700

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>

## <<方太食谱>>

### 内容概要

“鱼，我所欲也！

熊掌，亦我所欲也，二者不可兼得！

”这是鱼与熊掌为孟子留下取舍之难。

但相信现代的主妇们已不仅做出选择。

现代文明发展的今天，在饮食上，人们除了对“色、香、味”的追求和发挥外，则更重视食物本身的营养价值和饮食的健康。

鱼，其肉嫩、滑，其味清、鲜，也因它的高蛋、低胆固醇而成为普罗大众餐桌和食谱中的首选。

鱼种类繁多，有产于海水中的咸水鱼，也有产于湖泊、河川中的淡水鱼，本书因篇幅所限，我只能从不同种类的鱼有不同的烹饪方法，以最简单、快捷、易做的角度为大家介绍40多款“鱼”的烹饪方法。

本书以“炸”、“蒸、墩”，“煮、炒、煎”，“汤、羹”等不同煮法归类，共分4辑。

在中国的传统美食中，许多的食谱均以“好意头”美其名，“富贵有鱼”，“鱼”与“余”音同，年年有余是我对大家的祝福，希望大家富贵有余，年年平安之余也能喜欢我为大家介绍的这40多款色、香、味俱全的“鱼”。

方任利莎

## <<方太食谱>>

### 作者简介

方任利莎女士原籍江苏宜兴，现龄50余。

幼年随家到港定居，婚后一直以“主妇”为职，直至最小的女儿上了小学，才开展她的事业——开办烹饪中心，教授厨艺。

1984年至今，她在亚洲电视先后主持“午间小叙”及“方太生活广场”，向观众示范讲解烹饪技艺，大获好评。

她又频频

<<方太食谱>>

书籍目录

第一辑 炸 椒盐三文鱼头 蜜汁酥鱼 五柳铁板\*鱼 松子醋鲩鱼 腐皮黄鱼卷 香蕉石班夹 芝麻三文鱼 香脆八爪鱼仔 芝麻脆鱼 酥炸狗肚鱼 杭菜\*鱼块 油浸笋壳鱼 黑椒桂花第二辑 蒸、炆 芥酱八爪鱼 金针云耳生鱼片 海带豆腐蒸鳕鱼 三丝蒸边鱼 翡翠白玉环 凉拌银鱼 银鱼奶豆腐 菠萝辣鳕鱼 椰汁蒸鱼 鲫鱼蒸嫩蛋 咸菜炆塘虱鱼第三辑 煮、炒、煎 红衫鱼煮豆腐 豉汁鲞鱼球 蒜子烧肉塘虱鱼 珍珠酿鲜鱿 鲩鱼腩煲 糖醋带鱼 香煎蚬芥饼 冬菜萝卜大眼鸡 眼炉乌头鱼 沙茶炒鳝丝 雪菜墨鱼花 酱爆鱿鱼王 孖宝鱼头第四辑 汤、羹 节瓜煲章鱼汤 西洋菜生鱼骨汤 蟹肉鱼肚羹 芫荽鲈鱼羹

<<方太食谱>>

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>