

<<汤羹粥分步详解168例>>

图书基本信息

书名：<<汤羹粥分步详解168例>>

13位ISBN编号：9787807542599

10位ISBN编号：7807542594

出版时间：2009-6

出版时间：色尘 山东省地图出版社 (2009-06出版)

作者：色尘 编

页数：142

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>

## <<汤羹粥分步详解168例>>

### 前言

水是生命之源：生命最基本的活动——新陈代谢，要通过水的运动来实现；水乃百药之王：输入养分，排出毒素；水也是人体自我调节的最好药物。

在补水的同时，请慢慢享受，细细品尝各式汤羹粥带给你的无限滋润，美容、瘦身、健脑、减压、强体、益寿……自黄帝“烹谷为粥”几千年来，粥早已成为“世间第一补人之物”。

陆游在其《食粥诗》里则有“只将食粥致神仙”的赞叹。

本书作者将自己多年来制作汤羹粥的经验和窍门总结提炼、结集付梓，可谓来自实践，普益众生。本书图文结合，分步讲解，简明实用，一学就会，是居家下厨不可缺少的必备用书。

## <<汤羹粥分步详解168例>>

### 内容概要

汤汤水水的饮食总是受人欢迎的，它爽口、容易消化、制作简便，从日常便汤羹粥制作简便却不随便。

火候是第一重要的，鲜嫩、爽滑、软糯、醇浓的口感取决于火候。

味道是饮食的根本，有了火候，合了季节、饮食的味道也就有了一半，另一半在于五味佐使。

《汤羹粥分步详解168例》图文结合，分步讲解，简明实用，一学就会，是居家下厨不可缺少的必备用书。

## <<汤羹粥分步详解168例>>

### 作者简介

色尘，公共营养师，著名美食撰稿人、摄影师。

长期与《乐在明厨》、《孩子宝贝》等杂志和国内多家电视台合作制作、拍摄美食作品，提供营养膳食指导。

2006年，其作品荣获poco网北京地区最佳厨神奖。

2007年，北京电视台“食全食美栏目”专为其制作了《色尘美食生活》专题片，2008年，色尘的blog连续两年荣获中国博客网最佳写食博客奖，2009年，携手中国烹饪大师陈绪荣倾力打造本系列丛书……陈绪荣，湖北阳新县人。

国际烹饪大师、中华御厨、中国烹饪大师、国家高级烹饪技师、国家高级公共营养师。

现为国际餐饮协会（IFBA）首席顾问、美食专家俱乐部主席、中华名厨委员会副会长兼秘书长，中国食文化研究会副秘书长，中国民间菜发展研究中心主任，中国饭网顾问，中国名厨名店战略促进会首席顾问，百年荣记饮食文化发展有限公司总经理等职。

## &lt;&lt;汤羹粥分步详解168例&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇·经典汤1 汤盆畜肉溢浓香——畜肉汤味足，润心还滋补猪肉粉丝汤海参炖瘦肉慈姑肉汤香菇肘花汤山药猪骨老鸽汤口蘑腰片汤竹荪肝膏汤肚丝汤沙锅下水汤牛肉清汤酸辣牛肉汤沙锅腱子汤双鞭壮阳汤羊肉胡辣汤附片羊肉汤羊肉番茄汤乌发汤狗肉汤兔肉健脾汤2 禽肉味美汤更靓——鸡鸭鹅及鸽，鹤鹑汤中“客”参桂鸡汤雪花鸡汤东江八宝炖全鸡鸡茸豆花汤沙锅鸡皮卷鸡胗心肝汤酸辣鸡血汤老鸭竹笋汤芙蓉鸭清汤菘菜油煲鸭馄饨鸭汤山楂麦芽鸭肾汤冬菜鸭肝汤浓香鸭架汤香菇冬笋鹅掌汤大鹅炖酸菜鱼翅炖双鸽沙锅炖仔鸽松蘑炖鹤鹑3 变化多样鱼鲜汤——水产釜底煮，海鲜锅面浮酸菜鱼汤鲤鱼山楂鸡蛋汤草鱼豆腐汤枸杞鳝鱼汤奶油鳊鱼汤鲫鱼汆丸汤鳝鱼附蛋汤山药鱿鱼汤白饭鱼滚韭菜汤黄耳鱼片汤木瓜炖带鱼大理沙锅鱼鱼头炖豆腐三鲜鱼圆汤冬笋香菇鱼丸汤海鲜疙瘩汤茶香虾仁汤野苎腌菜虾汤夏枯草海蜇汤4 一边是豆一边是蛋——豆腐加禽蛋，靓汤随心变苋菜豆腐汤珍珠翡翠白玉汤平菇豆腐汤沙锅豆腐香椿木耳豆腐汤皮蛋冻豆腐汤薏米杏仁鸡蛋汤番茄蛋花汤什锦蛋花汤莼菜蛋花汤豆豉鸭蛋汤兰花鸽蛋汤百合鹤鹑蛋汤5 健康蔬果汤——蔬果营养足，保健百分百菠菜泥子汤鲜蔬汤绿豆芹菜汤瓢发菜汤蘑菇三鲜汤芦笋浓汤雪菜笋丝汤紫菜海带冬瓜汤苦瓜汤-奶香玉米土豆汤杏桂银耳冬菇汤茉莉银耳汤桂圆菠萝汤中篇·经典羹1 肉羹香满院——畜禽肉酥软，羹浓味更美香菇肉丁羹荠菜肉丝豆腐羹萝卜排骨羹黄芪猪肝羹西芹牛肉羹青豆牛肉羹羊肉栗杞羹羊杂羹鸡肉藕枣羹咖喱鸡丝羹凤尾鸡柳羹鲜蘑莲子鸭羹香莲鸭羹2 新鲜水产海鲜羹——羹咸鲜味美，肉百吃不厌西湖银鱼羹黄鱼豆腐羹归参鳝鱼羹桃花鳊鱼蛋羹梅花鸡肉鱿鱼羹杞花鱼肚羹虾仁鱼片羹虾米丝瓜雪耳羹冬瓜蟹肉羹豆腐海鲜羹花式海鲜羹3 群蔬荟萃——多彩蔬菜羹，营养数上乘黄瓜羹冬笋豌豆羹绿叶豆腐羹芙蓉藕羹芋羹龙眼莲子羹银耳八鲜羹金银花荔枝羹山楂栗子羹杏仁梨子羹下篇·经典粥1 畜禽粥中“走”咸菜肉丝粥枸杞猪肾粥猪肝绿豆粥猪蹄粥黄豆芽牛肉粥牛蹄筋粥杜仲羊骨粥羊肝胡萝卜粥黄狗鞭粥松子鸡粥蘑菇鸡粥鸡肝粥冬瓜鸭粥金银鸭粥2 水产鱼鲜化作粥——粥浓养料丰，味道最香醇鲤鱼萝卜粥鲫鱼蚕豆粥墨鱼香菇粥鲶鱼粥黄鱼火腿粥红枣带鱼粥美味鱼茸粥香菇鲜虾粥海鲜豆腐粥生滚花蟹粥蛤蜊粥3 粥中自有颜如玉——蔬菜粥味平，养心又养颜山药萝卜粥番茄山药粥杏仁菜粥韭菜粥菠菜芹菜粥白菜蛋花粥绿豆翠衣粥大枣桂圆粥银花莲子粥枸杞核桃粥四果粥川贝雪梨粥4 五谷杂粮不了情——粮食粥养人，与之共此生白苡大米粥三米桂圆粥糯米藕粥紫河车糯米粥枸杞粳米粥荷叶玉米须粥红豆西米粥薏仁绿豆粥薄荷绿豆粥赤小豆内金粥腊八粥消暑八宝粥台式白薯粥

<<汤羹粥分步详解168例>>

章节摘录

插图：

<<汤羹粥分步详解168例>>

编辑推荐

《汤羹粥分步详解168例》中有：超详细的制作步骤，最精美的菜式图片，中华御厨 陈绪荣，公共健康管理专家 魏雅宁联合推荐

<<汤羹粥分步详解168例>>

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>