

<<無油煙料理>>

图书基本信息

书名：<<無油煙料理>>

13位ISBN编号：9789866293009

10位ISBN编号：9866293009

出版时间：旗林文化出版社有限公司

作者：李德強 著

页数：112

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>

<<無油煙料理>>

內容概要

遊走於客廳和廚房之間，談笑風生，賓主盡歡，和朋友們愉悅地分享私房美食好菜！現代人一聽到在家宴客就先卻步，其實只是對做菜的程序不熟悉，害怕客人來時手忙腳亂；本書教您配菜的原則，事先做好準備工作，客人來時可以輕鬆端出好菜，慢慢地你就會發現在家宴客的訣竅和樂趣。

不是只有燙、蒸才是無油煙，本書中，李德強老師以蒸、煮、炒、拌、滷教你做出80道健康美味的無油煙料理。

<<無油煙料理>>

作者簡介

李德強 簡介： 在烹飪這個領域，已有二十多年的資歷，不管是廣東菜、江浙菜、川菜、中式小吃、亦或大陸的各地方菜系，他都頗具研究，對做菜，他說：「除了色、香、味都應俱備外，營養跟健康更是不可或缺的重要元素。」

經歷： 高雄鳳冠 環亞飯店翠亨村 力霸大酒樓 美麗華飯店 中泰賓館 廣州台北料理餐廳 香港澳華食品 具中餐烹調丙、乙級技術士執照、中式麵食乙級技術士執照、教育部專科學歷（食品工程）鑑定考試及格

<<無油煙料理>>

書籍目錄

作者序健康的王道 - 料理無油煙Part1：蒸1. 豉汁蒸魚2. 粉蒸排骨3. 腐乳蒸排骨4. 薑蔥蒸雞腿5. 臘味蒸雞6. 馬蹄蒸肉餅7. 榨菜蒸肉片8. 蒸釀青瓜9. 枸杞蒸蝦10. 蛤蜊燉蛋11. 雪耳蒸土雞12. 蝦醬蒸雞13. 家鄉蒸豆腐14. 山水豆腐15. 梅子蒸魚16. 梅子蒸排骨17. 魚頭腩蒸豆腐18. 雲耳金針蒸牛肉19. 冬菜蒸肉20. XO醬蒸小卷Part2：煮1. 清燉獅子頭2. 清燉牛肉3. 白切雞4. 啤酒牛肉5. 透抽煮黃瓜6. 番茄蛋片7. 胡瓜煮肉絲8. 金銀蛋煮莧菜9. 蒜泥白肉10. 紅燒肉11. 糖醋排骨12. 無錫排骨13. 豆醬燜雞14. 綠咖哩雞15. 陳皮煮鴨16. 湘味燒鴨17. 滷肉臊18. 白菜滷19. 苦瓜炆排骨20. 燴三絲21. 上海菜飯22. 潮州魚飯Part3：炒1. 黑椒牛肉2. 沙茶羊肉3. 宮保雞丁4. 燒汁炒雞柳5. 酸薑炒雞片6. 腐乳汁炒羊肉7. 西汁雞球8. 蠔油牛肉9. 蜜椒炒牛柳10. 乾燒草蝦11. 台式炒透抽12. 豉油皇炒蝦仁13. XO醬炒蛤蜊14. 豉椒炒鮮魷15. 四川蝦仁16. 魚香肉絲17. 茄汁肉片18. 泰醬炒肉片19. 韓醬炒肉絲20. 香蒜西芹肉丁21. 麻醬魚片22. 大麵炒23. 台式炒米粉Part4：滷 & 炆 & 拌1. 滷雞腿2. 滷牛腱3. 醬骨頭4. 滷海帶油豆腐5. 滷大腸6. 滷肉皮7. 油鹽水炆蝦8. 白炆肉片9. 麻醬拌豆腐10. XO醬拌雙蔬11. 紹子燙青菜12. 韓式拌冬粉13. 沙茶拌牛肚14. 芥末拌西芹15. 酸薑皮蛋

<<無油煙料理>>

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>