

# 《一台烤箱三道菜》

## 图书基本信息

书名：《一台烤箱三道菜》

13位ISBN编号：9789866868566

10位ISBN编号：9866868567

出版时间：2010-7

页数：117

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《一台烤箱三道菜》

## 內容概要

### 發揮烤箱被忽略的功能

烤箱，是現在很多家庭都有的烹調器具之一，但真正用於做菜的機率卻不高，而且都只設定在烘焙點心或部分烤炙類菜餚，其實它的功能兼具了蒸、炸、煎、煮的性能，它穩定的溫度及時間調控，不僅操作簡單，而且少油煙，如此快速方便的優點，更是其它爐具所不及。

### 掌握技巧輕鬆做菜

利用烤箱達到煎、炸的效果，只需在墊底的鋁箔紙和食材上各刷上一層油，然後藉由烤箱的密閉烘烤，即可做出油亮金黃卻不油膩的口感，一般用蒸的菜餚靠的是水蒸氣，但是只要用鋁箔紙將食材包好，放入烤箱同樣有相同的效果，更能保持食物的水分與原汁原味的鮮甜，煮也一樣，把食物連同湯汁放入鋁盒或深皿內，經過烤箱的加熱就可輕鬆完成，方法很簡單只是大家忽略了。

### 均衡配套天天做菜不煩惱

本書以符合一般家庭均衡營養為主軸，設計出一個月量的30套菜色，包含肉類、海鮮、蔬果及豆腐製品的菜單，讓您天天享受不一樣的變化，除了利用烤箱料理，分擔繁瑣的烹調過程，也無須再為每天的配菜煩惱。

### 善用烤箱得心應手

書中也針對各種烤箱的特性、功能、養護及選購一一詳盡的介紹，如何利用烤箱、善用食材特性，讓您有效運用迅速做出三道好菜，並在每道料理作法示範中附有烤箱烹調小秘訣、快手流程，完全以實用為出發的設計，90道獨家美味，只要一台烤箱就能完全製作。

# 《一台烤箱三道菜》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)