

《中国好味道·外婆做菜为啥好吃！

图书基本信息

书名：《中国好味道·外婆做菜为啥好吃：家常菜秘诀一点通》

13位ISBN编号：978754275985X

出版时间：2014-1-1

页数：240

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

《中国好味道·外婆做菜为啥好吃！

内容概要

《中国好味道·外婆做菜为啥好吃：家常菜秘诀一点通》针对对象为厨房新手以及期待厨艺有所见长的爱好烹饪人士，旨在介绍厨房做菜中常用的、实用的妙招。全书分蔬菜篇、菌菇篇、肉类篇、豆蛋篇、水产篇五大部分，详细介绍了常见的百余种食材的常用处理、烹调方法，简单明了，方法的可操作性比较强。同时本书附录和专题部分涉及到调味、保鲜及选购的相关知识，索引部分更是以食材为纲，让本书更容易检索，也更加实用。

书籍目录

第一章

第1天 做准备，家常菜的关键五步

第一步 这个到底多少克——食材重量的简易估算法

经验估算法

数量估算法

容积估算法

长度估算法

第二步 切菜必备技法——食材的刀工处理

切丁

切块

切丝

切条

切片

切段

切粒

切末

切花刀块

第三步 学会材料的预处理

氽烫

挂糊

上浆

过油

勾芡

第四步 辨别油温

温油

热油

旺油

第五步 调料的秘密

常用的粉类调味品

常用的液体调味品

香料类调味料

辛香蔬菜类调味品

复合调味料

第二章

第2天 拌凉菜，清爽解腻食欲大开

素凉菜

凉拌芝麻菠菜

凉拌魔芋

柠檬瓜条

凉拌茄子

白菜梗拌海带丝

麻油黄瓜拌凉粉

凉拌豇豆

白菜魔芋拌干丝

凉拌银丝段

蚝油花生酱沙拉

白果拌红豆

《中国好味道·外婆做菜为啥好吃！》

凉拌莴笋丝
家常拌黄瓜
葵花籽拌芥菜
芥菜拌毛豆
田园沙拉
杏仁拌三丁
菠菜拌木耳
黑椒芦笋拌双椒
凉拌藕块
皮蛋豆腐
芝麻素拌五丝
辣椒拌豆腐皮

.....

第三章

第四章 第4天 煲汤羹，营养鲜美滋补全家

第五章 第5天 做主食，花样百变活力无限

第六章 第6天 宴客菜，亲朋好友齐分享

第七章 第7天 食物巧搭配，美味、营养增一倍

附录：体质特征一览表

《中国好味道·外婆做菜为啥好吃！

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