

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 图书基本信息

书名：《冰箱有什麼就煮什麼》

13位ISBN编号：9789865932589

10位ISBN编号：986593258X

出版时间：2012-12-25

出版社：麥浩斯

作者：張鈞期

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)

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 內容概要

這是一本料理家教的私房食譜！教你各種把平凡食材變厲害的好方法，家常菜立刻大升級！

麻婆、蝦子炒高麗菜！啤酒、蛤蠣+番茄！麻油雞變西式炊飯！

不設限的食材組合\* 一看就會的簡單手法 = 歡樂料理隨時上桌！

今天要煮什麼呢? 熱愛食物的Victor非科班出身，因為超愛做菜，憑著對食材敏銳的想像，無論手邊有什麼，再普通的材料，都能立刻為它找出最美味的料理方法。也因此，每回端上桌，漂亮的盛盤、沒嘗過的味道總是令人驚喜！

這本書裡，Victor要跟大家分享各種好用的料理訣竅，從20種家裡最常出現的食材著手，拋開食材搭配的成見，試著拿手邊現有的材料，多一點大膽的想像，利用簡單器具就能做出好多適合大家一起分享的菜色。一個蘋果、半顆高麗菜、一點肉燥、兩個蛋.....，都能做出意想不到的菜色；除此之外，剩下吃不完的烤雞、一鍋滷肉、一些煎魚，如何動點手腳，立刻變成另一道沒嚐過的好味道？快來瞧瞧料理家教如何把冰箱食材，變成超想學會的創意家常菜吧！

本書特色：

- 平凡食材、簡單升級！再簡單的材料都能變好吃。書中充滿令人驚喜的食材組合、不設限的食譜創意，為熱愛料理的你提供更多沒想過的嶄新好點子。
- 讓料理變厲害的烹調技巧大公開！料理沒有規則，選對食材、用對方法就能做好菜。Victor以多年的家教及外燴經驗，告訴你各種既方便又快速做菜的好吃訣竅。
- 取材容易、一學就會！書中收錄20種常見食材、以及9種家常菜的升級變化，加點小心思，就能立刻做出62道融合各國風格的新式家常菜。

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 作者簡介

料理家教 張鈞期 Victor

現為雲端生活料理主廚。熱愛食物、熱愛烹調的Victor，喜愛實驗各種材料的組合，總能為食材找到最對味的搭配方式，吃一口他做的菜，就會立刻感受到食物的熱情及無限可能。曾從事美商營養顧問10年，擅長派對料理、商業活動外燴、私宅外燴，講究材料、做麵包的功夫也很了得，也做烹飪家教教學，?喜愛做菜的主婦及小朋友們上有趣的料理課，生活化的烹調方式很受歡迎。是個充滿活力、樂於分享飲食生活、說起食物便滔滔不絕的型男料理家。

好食餐桌料理 <http://blog.yam.com/foodcooking>

雲端 一個靠近生活的地方 <http://www.pljcloud.blogspot.tw/>

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 書籍目錄

PART1 如果冰箱有.....，要做什麼菜呢？

1 平民食材豬肉變化

味噌豬五花 · 保有水分與甜度的封肉技巧

鐵灸豬頸肉 · 吃起來要多汁切肉有訣竅

摩洛哥香料燉豬肋排 · 劃開豬皮再抹調味料更入味

2 發揮牛肉口感的煎燉作法

鑄鐵鍋蓋烤牛肉串 · 鍋具烤肉的方使用法

紅酒香料燉牛肉 · 香料先炒再入鍋能引出香氣

3 不同的雞肉部位這樣做

香煎雞腿奶油燉飯 · 選用發酵奶油是好吃關鍵

法式傳統香草烤放山雞 · 烤雞時的鐵湯匙妙用

泰式沙嗲烤雞肉串 · 夾鍊袋是方便醃漬的好幫手

4 排骨是湯頭的關鍵

燉十全排骨湯 · 利用洋蔥可增加自然的湯頭甜味

5 保有鮮味的原味魚料理

培根香橙烤魚 · 檸檬讓烤魚清爽不膩

味噌豆腐蒸魚 · 烹煮時水滾沸能保有魚肉鮮甜

6 蛤蠣鮮味讓菜更美味

蛤蠣魚清湯 · 魚骨煮湯更添油脂美味

蛤蠣香煎鮭魚 · 判斷魚是否煎熟了的好辦法

7 高麗菜的豐盛吃法

麻婆鮮蝦炒高麗菜 · 提引食材風味的料理訣竅

焗烤千層高麗菜 · 啤酒是去腥的意外好材料

排骨小魚乾燉高麗菜 · 讓蔬菜變好吃的小魚祕密

8 百吃不厭蛋料理

黑橄欖西班牙烘蛋 · 如何烘出漂亮的蛋

帕馬火腿佐美式炒蛋 · 如何炒出滑嫩的蛋

9 用薑做溫暖料理

薑煎雞里肌 · 勾芡時火要大能鎖住好吃風味

黑糖薑汁湯圓 · 炒黑糖時加點水能避免焦化

10 森林風味野菇料理

雞肉野菇燉飯 · 燉飯燜一下香氣更足

香草紅椒烤野菇 · 新鮮香草跟溫度控制是關鍵

11 木耳的口感驚喜

木耳節瓜沙拉 · 油醋比例要對才能調出完美醬汁

薑絲鳳梨炒木耳 · 起鍋前淋點黑醋更醒味

12 啤酒的料理妙用

啤酒野菇台東放山雞飯 · 啤酒入菜的超對味組合

啤酒蛤蜊炒鳳梨番茄 · 小番茄充分炒軟是風味的平衡關鍵

13 絞肉是百搭食材

肉丸義大利麵 · 肉經過摔打出筋油炸便不易散開

焗烤紅醬千層麵 · 檸檬是罐頭番茄去味的好幫手

14 中式香腸西式吃法

啤酒香腸燉糙米紅扁豆 · 吸收了香腸油脂的豆及米滋味絕佳

腊味海鮮蔬果溫沙拉 · 中式食材西吃的嶄新搭配

香腸節瓜沙拉佐葡萄酒醋醬 · 油香能讓清爽節瓜更入味

15 引味提香蘋果妙用

## 《冰箱有什麼就煮什麼》

法國奶油肉桂蘋果卷 · 好的法國奶油及麵粉是派的好吃關鍵

蘋果咖哩 · 洋蔥炒至金黃能釋出蔬菜甜味

16帶有新意的義大利麵

鼠尾草鳳梨義大利麵 · 沒嘗過的新鮮組合

青醬蛤蠣義大利麵 · 松子炒香後更能散發果實香氣

17新鮮的果香番茄

地獄紅醬海鮮義大利麵 · 小火慢燉是醬汁好吃的秘密

番茄花豆燉肋排 · 先煎再燉能鎖住肉汁

18讓料理更豐美的培根

培根烤黑豬肋排 · 豪邁簡單的烤箱料理

培根烤雞胸捲 · 培根的油脂讓雞胸更好入口

19不只是早餐的麵包

英式烤布丁 · 隔夜麵包美味大復活

豬頸肉蔬菜三明治 · 麵包塗上大蒜是好吃的隱味

20九層塔提味料理

愛文芒果九層塔透抽 · 如何挑選新鮮的透抽

經典松子青醬 · 白花九層塔較適合製作青醬

{column}來宴客吧！

PART2換個吃法！家常菜大昇級

21幫義大利麵換新吃法

海蝦蛤蠣螺旋麵/義式蔬菜湯麵

22吃不完的烤雞怎麼辦

雞骨粥/雞肉沙拉

23剩下的炒飯這樣吃

墨西哥餡餅/烤飯糰

24不傳統的麻油雞新料理

麻油雞肉炊飯/麻油下水生粥

25多煎一些鮭魚好好用

鮭魚烘蛋鹹派/薑絲鮭魚粥

26煎臘腸是百搭食材

臘味海鮮蕃茄沙拉/臘味糙米飯

27不可或缺的滷肉家常菜

瓜仔燉滷肉/滷肉燉竹筍/滷肉燉白菜

28經濟實惠的炒豆干

辣炒外省豆干末/辣豆雙醬麵

29清爽萬用竹筍湯

貓耳朵竹筍排骨湯/竹筍豆鼓燉排骨

{column}如何準備有趣的派對食物

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 精彩短评

1、前提条件得是冰箱里有啊！谁冰箱里放满鲑鱼、蛤蜊、培根、法棍、芝士、味噌.....居然还不知道怎么吃啊！！！！

# 《冰箱有什麼就煮什麼》

## 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)