

《靓汤王》

图书基本信息

书名：《靓汤王》

13位ISBN编号：9787536475687

10位ISBN编号：7536475683

出版时间：2013-4

出版社：四川科技出版社

页数：213

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

书籍目录

第一章 餐餐一碗汤，幸福又健康 一、汤，中国饮食文化中的精彩一笔 二、汤汤水水护一生 三、广东靓汤——中华饮食的奇葩 四、从零开始学做汤 1.汤的种类 2.好锅才能煮好汤 3.煮汤技法多样化 4.煲汤常用食材齐点名 5.煲汤先认识火候 6.做汤不败有秘籍 7.煲汤拯救法 第二章 超人气，最经典美味靓汤制作坊 一、浓缩原味，妙手烹制美味高汤 大骨高汤 牛骨高汤 素高汤 鸡高汤 鱼高汤 干贝高汤 二、香浓味醇，细炖慢熬老火靓汤 煲 畜肉类 客家猪肉汤 干贝双仁汤 萝卜煲瘦肉 金针菇煲瘦肉 夏枯草煲猪肉 银耳煲猪腱 红枣芡实淮山煲猪肉 甘蔗杏仁煲猪腱 润燥健脾汤 紫苏生姜煲瘦肉 崩大碗煲瘦肉汤 火腿蛤蜊冬瓜汤 木耳田七煲鱼肚瘦肉 苦笋汤煲 黄豆土豆煲排骨 葛花苦瓜排骨汤 玉米排骨汤 佛手瓜南杏仁排骨汤 生地煲排骨汤 苦瓜排骨汤煲 海带龙骨汤 鲜淮山筒骨汤煲 花生煲猪尾汤 鲩鱼腩红枣煲猪脚 红薯芥菜煲筒骨 花生眉豆煲猪尾 芥菜肉丸汤 大芥菜肉丸煲 白果煲猪肚 客家咸菜胡椒猪肚汤 四神猪肚汤 客家豌豆粉肠煲 润燥补肾猪肝汤 核桃黑豆煲猪腰 淮山牛腱煲白萝卜 蚝豉煲猪胰 菜干猪肺汤 西红柿红薯牛肉汤 胡萝卜煲牛肉汤 白萝卜香菜牛腩汤煲 牛排骨汤 玉米牛尾汤 当归红枣牛尾汤煲 杜仲北芪煲牛蹄 葱香牛蹄筋汤煲 茅根甘蔗煲草羊 沙参玉竹煲羊肉 当归羊肉汤煲 潮式羊肉汤煲 石斛熟地煲羊肉 枸杞黑枣煲羊腩 当归煲羊骨髓 羊肾红枣汤 羊杂汤 黄芪南枣煲鹿肉 淮山灵芝煲鹿尾 禽肉类 四物鸡汤 人参枸杞鸡汤 三黄鸡汤 银耳煲老鸡汤 烧酒老姜土鸡汤 红枣枸杞土鸡汤 滑子菇鸡汤 清补凉竹丝鸡汤 沙参麦冬煲鸡 干贝鲜笋鸡汤 蛤蜊冬瓜鸡汤 虫草西洋参鸡汤 莲子薏仁鸡汤 香菇芥菜煲乌鸡 花生香菇煲鸡爪 香菇煲鸡爪 板栗排骨煲鸡爪 花胶花菇煲鹅掌 润肺强身汤 姜蒜煲鸽子 粉葛绿豆茨菰煲乳鸽 老鸽煲双花 虫草辽参煲乳鸽 玉竹沙参煲鹌鹑 附录

章节摘录

版权页：插图：3.煮汤技法多样化 清汤爽口淡雅，高汤鲜美留香，炖汤香味扑鼻……不同的烹调技法，汤品风味也各有所长。（1）蒸、炖——充分保留原味 以蒸的技法来做汤品，是先将所有材料与水放入大碗中，再放入蒸笼或蒸锅内，利用水蒸气的热度将汤水及食材蒸至软熟的方式。利用这种方法烹调，最能保持食物的原味，吃出清鲜味道。不过，这也要求食材本身一定要够新鲜，否则食物经过蒸煮后，不好的气味也都会强烈的显现在汤品中。炖则是将原料加汤水，武火烧开后再用中文火长时间烧煮至熟的方法。炖一般分为2种：一是隔水炖，此法类似于蒸；一是直接放入锅内炖煮。直接放入锅内炖煮需事先将原材料余烫熟，再与汤汁一起放入锅内，以文火煮2~3小时至材料软烂，加调味料调味。这种方法能保留食物的鲜美，汤汁清澈不混浊。（2）煮——汤料嫩脆新鲜 将汤料食物放入100℃的滚水或汤中煮开后，以温火让食物继续煮熟的方法便叫煮。多用来制作清汤，这也是一般家庭中最常用来烹调汤品的做法。用肉类材料煮汤时，可加入适量的蔬菜或香料，增加汤品鲜味。另萝卜，在水煮过程中，汤面上常会出现许多杂质或浮沫，必须及时捞除，以免造成汤汁的混浊及影响汤的鲜味。另有一种需时较短的滚汤，是水一煮滚后马上放入材料再煮开或迅速烫热，然后熄火起锅的方法。当汤料为清脆的蔬菜类，或特别鲜嫩的肉类或鱼肉时，以滚汤制作最为适合。（3）熬——汤色香浓入味 熬汤所需的烹调时间较长，熬煮出的汤汁颜色较浓，一般多用来制作高汤，选用的食材大多是动物性食材，例如鸡、鸭、猪、鱼类或是大骨等。将食材加水炖煮至熟烂，汤汁充分入味即成。高汤可直接煮汤，也适合用在烹调其他料理上，以增加菜肴的鲜味。由于所使用的动物性材料，是直接放入锅中长时间熬煮，为保留食材的清爽及汤汁的澄澈美味，肉类或鱼类材料应先放入滚水中烫煮，再捞出：中净，以去除血水及异味。

《靓汤王》

编辑推荐

《靓汤王》不仅传授煲汤的种种基车技能，比如工具、火候、食材、加水时机等，而且还有各种煲汤技巧，多达数百种的靓汤食谱更是让人不忍释卷。《靓汤王》还附赠先碟，名厨亲自教授各种靓汤别作，直观易学，是爱汤人士的最佳选择。

《靓汤王》

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