

# 《家常菜》

## 图书基本信息

书名：《家常菜》

13位ISBN编号：9787506491778

10位ISBN编号：750649177X

出版时间：2013-3

出版社：中国纺织出版社

页数：128

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)

# 《家常菜》

## 前言

家常菜，顾名思义，指家中常有之菜。对于现代家庭而言，丈夫、妻子能做得一手可口的饭菜，无疑有助于增强生活的幸福感。可是这种幸福感日渐被一种都市的快节奏生活所掩盖，我们会经常听到应酬在外的丈夫希望能吃到家中的饭菜，工作在外地吃着“汉堡包”的儿子想念妈妈亲手做的家常菜。这不仅是一种亲情的回归，也是一种对家庭平常幸福的热望。正是怀着这一初衷，我们编写了此书，希望能对正在厨房徘徊、打算为家人准备一顿可口饭菜的您有所帮助。我们相信，家常菜应该简单。这一简单体现在原材料的经济实惠，它不是山珍海味、鲍鱼燕窝，而是普通的、荤素得当的鸡鸭鱼肉、豆制品和蔬菜。它也应该在做法上独具匠心，不如西式料理一样复杂繁琐，也不像西式快餐一样“生吞活剥”，而应该是能体现家常又体现用心的一道菜，“知是家中人，方解其中味”，更知制作者的用心良苦，有一种只可意会不可言传的简单。我们也相信，家常菜尤其丰盛。这一丰盛体现在饭桌上每道菜的色香味俱全，不仅观之美，食之有味，而且令人回味无穷，让那些在外的家人总有想念的味道。这一丰盛还应体现在饭桌上每个人的欢声笑语中，不仅食其菜而且话家常，没有觥筹交错，只有平平淡淡，家的温馨甜蜜全部融汇其中，吃尽天下美食却不胜家常滋味，有一种一目了然的丰盛。在此，我们编者按照热菜、汤、点心、凉菜、饮品的分类，精选了近300道美味，与您一起精心准备一桌丰盛的菜肴。同时，本书为了厨房里的初学者，特意配备了多种做法上的小秘诀，方便做出更多美味。我们相信您一定会从中受益，而那些吃完您做的菜的人也一定会感受到浓浓的情意与甜蜜。

# 《家常菜》

## 作者简介

犀文图书，资深美食图书策划团队，策划多部美食畅销书。

# 《家常菜》

## 书籍目录

热菜 7姜汁松花蛋 8香菇炒西兰花 8肉丝烧金针 9蒜香红油娃娃菜 9乡村煎豆腐 10爆土豆丁 10椰汁烩鸡  
11湘西外婆菜 11彩色虾球 12苦瓜炒鱼片 12肉丝炒荷兰豆 13腊味香干 13肉末苦瓜 14红烧猪蹄 14湘味牛  
腩煲 15酸菜藕片 15清炒苦瓜 16双菇滑鸡柳 16香辣绿豆芽 17松香脆皮鸡 17醋熘白菜 18小炒土豆片 18脆  
炒南瓜丝 19炒洋葱头 19酱烧冬瓜条 20金针瓜丝 20小炒蘑菇 21素贝烧冬瓜 21生炒松花 22蚝油群菇 22冬  
笋烧牛肉 23卤水老豆腐 23美味腐竹 24桂花炒三珍 24姜葱炒蟹 25海米烧菜花 25圆白菜回锅肉 26干烧冬  
笋 26糖醋鲜鱼 27川汁烤大虾 27天府趣味鱼 28油焖茭白 28干烧草菇 29辣子兔丁 29芹菜百合炒腊肉 30农  
家豆腐 30山野菜炒蘑菇 31豉汁炒蛤蜊 31红油蒜米鸡 32豆苗鸡片 32什锦荷兰豆 33笋焖蕨菜 33甜椒肉丝  
34芽菜碎米鸡 34油爆鲜贝 35藤椒鲈鱼 35回锅肉 36肉炒山蕨菜 36香菜脆茄 37滑熘里脊 37老油条炒牛肉  
38红烧猪舌 38菊花鸭肫 39干笋烧牛肉 39虾仁豆腐 40脆皮苦瓜炒河虾 40鸿运鳝丝 41青蒜烧肉 41干烧鲳  
鱼 42鸡丝炒灵菇 42鲜笋烧咸鸭 43鸡丝炒蜇头 43炒鲜芦笋 44宫爆凤尾虾 44香辣麻花肥肠 45蚝油鲜菇 45  
乡村蕨菜 46红烧鳝片 46粉蒸五花肉 47蒜子焖猪尾 47火爆牛蛙 48百合丝瓜炒鸡片 48香湘小排 49葱烧肉  
段 49湖南小炒肉 50枸杞滑溜肉片 50腊八豆蒸腊肉 51菠萝咕咾肉 51黄瓜炒猪肝 52香芋排骨 52小炒猪肝  
53木瓜煮肉丸 53葱油鸡 54左宗棠松仁鸡 54汤羹 55阿胶瘦肉汤 56榨菜肉丝汤 56苦瓜红小豆排骨汤 57冬  
菇当归肉片汤 57酸辣汤 58菠菜肉末汤 58核桃茯苓瘦肉汤 59雪梨大豆猪蹄汤 59花生红豆鹌鹑汤 60冬菜  
肉饼汤 60淮杞蜜枣煲瘦肉汤 61健脾栗子汤 61丝瓜猪蹄汤 62虫草花豆腐汤 62沙玉心肺汤 63霸王花瘦肉  
汤 63南瓜杏仁汤 64菠菜银耳肉片汤 64杏仁萝卜汤 65芋头排骨汤 65苦瓜薏米排骨汤 66藕片汤 66排骨玉  
米汤 67塘葛菜猪肉汤 67三鲜鱿鱼汤 68黄豆排骨汤 68草鱼豆腐汤 69菜干排骨汤 69白雪银耳汤 70苹果猪  
骨汤 70莲子百合瘦肉汤 71糙米排骨汤 71胡椒南瓜猪肚汤 72蒲瓜肾片汤 72花生冬菇猪蹄汤 73三鲜冬瓜  
汤 73芥菜咸蛋汤 74老姜肉片汤 74银杞明目汤 75当归天麻羊脑汤 75白鸽醒脑汤 76奶香排骨汤 76萝卜排  
骨汤 77黄芪泥鳅汤 77小排骨冬瓜汤 78火腿洋葱汤 78冬菜排骨汤 79白菜丸子汤 79白贝冬瓜排骨汤 80金  
针黄豆排骨汤 80西红柿排骨汤 81鸭血豆腐汤 81虫草花玉米排骨汤 82沙参玉竹老鸭汤 82肉丸三丝汤 83  
三鲜冬瓜汤 83点心 84胡萝卜椰丝粿 85香煎萝卜糕 85枸杞红枣糕 86香煎马蹄糕 86果王木瓜酥 87陈皮红  
豆糕 87芝士甘薯饼 88香软芋头糕 88鱼香小麦饼 89养发芝麻糕 89咖喱娘惹粿 90美味菜脯角 90香芋西米  
盏 91黄金小米糕 91鸡肉春卷 92香煎南瓜饼 92富贵石榴球 93客家甘薯饼 93夹心藕饼 94榴莲蛋糕 94冬瓜  
牛肉饼 95酥皮包 95黑椒豆腐卷 96莲蓉包 96黄金碧绿卷 97花生酱烧面包 97客家咸汤圆 98香煎萝卜烙 98  
冬菇鸡肉饺 99玉枕白菜 99斑兰椰香糕 100腊味糯米包 100煎紫菜卷 101玫瑰豆沙角 101豆浆咸水粿 102香  
麻花生包 102红糖蒸年糕 103水晶虾饺 103紫米烧卖 104碧绿菠菜饼 104脆皮冬瓜 105菠菜蒸饺 105千层咖  
啡糕 106顺德鱼皮饺 106香甜雪花球 107芝麻笑口枣 107凉菜 108凉拌肚丝 109凉拌黑木耳 109特色凤爪  
109酸辣鸡脚筋 110西芹银芽拌鳝丝 110红油百叶 110凉拌鱼丝 111苹果拌黄瓜 111酸甜莴笋 111麻辣金针  
菇 112菠萝莴笋 112爽口南瓜丝 112凉拌绿豆芽 113香葱豆皮丝 113家乡凉菜 113蒜蓉菠菜 114凉拌海带丝  
114金钩拌苦瓜 114黄瓜拌绿豆芽 115凉拌老虎菜 115金针菇拌黄瓜丝 115贡菜拌西红柿 116酸甜嫩藕片  
116姜汁拌嫩藕尖 116柠檬藕片 117炆拌海白菜 117凉拌芦荟 117果蔬汁 118桂圆菠萝汤 119香蕉西米露 119  
橘子山楂汁 119蜜桃情人 120香雪 120木瓜西米糖水 120鲜奶杨梅糖水 121金色旋律 121香橙苏打冰激凌  
121雪梨菊花水 122甜言蜜语 122香芒冰豆露 122夏之夜梦 123热带风情 123银耳炖木瓜 123马拉渣渣果  
124海草绿豆椰奶果 124苹果川贝糖水 124苹果炖芦荟 125冰糖红枣炖雪梨 125梨藕汁 125猕猴桃汁 126藿  
香薏米西瓜汁 126浓情甜蜜蜜 126绿野仙踪 127清爽西瓜冻 127南国风情 127椰奶鲜桂圆 128桂圆杏仁露  
128月华倒影 128

## 《家常菜》

### 章节摘录

姜汁松花蛋原料：皮蛋4个，姜适量调料：盐3克，生抽、陈醋、香油各适量做法1.皮蛋去壳，切瓣，摆入盘中。2.姜去皮、洗净，切细末，放入碗中，调入盐、生抽、陈醋、香油拌匀，做成姜汁。3.食用时，将姜汁浇在皮蛋上即可。营养功效此菜能增进食欲，促进营养的消化吸收，中和胃酸，清凉，降压。

# 《家常菜》

## 编辑推荐

《家常菜》是“美食厨房系列”中的一本，收录了300款经典家常菜，按照凉菜、热菜、汤煲、主食等进行分类，每款菜肴都有详细的功效说明。

# 《家常菜》

## 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)