

《麻辣鲜香正宗川菜》

图书基本信息

书名：《麻辣鲜香正宗川菜》

13位ISBN编号：9787534144790

10位ISBN编号：7534144795

出版时间：2012-6

出版社：浙江科学技术出版社

作者：王其胜 编

页数：191

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

《麻辣鲜香正宗川菜》

内容概要

《麻辣鲜香正宗川菜(畅销升级版)》由中国烹饪大师、中国药膳大师、中国十佳营养膳食烹饪大师王其胜主编。川菜最讲究的就是色香味俱全，且强调浓墨重彩，比如川菜的辣。每年的初夏时节，青色的川椒就会挂满枝头，这时候的川椒滋味微辣，入口清香。过一段时间，川椒的辣味会渐渐变重，还带有一丝微甜，使辣的意味更加丰富。当进入秋天，川椒就会变成红色。这时候，川椒的风韵才会完全显露出来。川椒的滋味本身就有如此多的层次，再加上川菜的其他调味料，那种辣味更是变化多端、风情万种。

《麻辣鲜香正宗川菜》

作者简介

王其胜，中国烹饪大师（全军系统状元获得者）、中国药膳大师、中国十佳营养膳食烹饪大师。国家高级烹饪技师，现任“卫生部健康中国万里行”组委会副秘书长，“中国营养膳食推广工程”委员会常务秘书长，人力资源和社会保障部营养讲师，国家职业技能竞赛裁判员，国家职业技能鉴定高级考评员。著有《本草养生美食丛书》、《九九养生系列》等20余部营养专著。“中国营养膳食推广工程”是卫生部批准的国家级全民营养健康普及工程，是全国统一的营养膳食健康普及教育项目。由商务部支持，中国医师协会主办，中国疾病预防控制中心、中国食品药品监督管理局、中国工程院医药卫生学部、中国医学基金会、国家食物与营养咨询委员会协办。

书籍目录

Part 01 非吃不可的川味凉菜

招牌荤食凉拌

辣拌板筋 / 酱香肘花
干层脆耳 / 四川腊肉
五香肘子 / 凉拌五花肉
五香酱肉 / 白菜拌猪头肉
红油肚片 / 麻辣肚丝 / 芥末拌肚丝
爽口毛肚 / 农家肚片 / 椒麻肚头
芥末猪肚片 / 香辣蹄花
蒜泥白肉 / 水晶皮冻 / 姜汁腰片
凉拌耳丝 / 卤味干层耳 / 四川熏肉
红油耳丝 / 红油肝花 / 怪味白肉
夫妻肺片 / 红油牛蹄筋 / 香辣牛肉
酱牛肉 / 麻辣牛肉丝 / 凉拌牛百叶
腰丝拌韭黄 / 凉拌牛肉 / 川香牛舌
酱香羊腱子 / 凉拌羊肉丝 / 蒜泥羊肝
熏兔肉 / 怪味兔肉
卤兔肉 / 拌兔肉 / 五香兔肉
酸汁辣鹅 / 川椒香鸭 / 红油手撕鸡
麻辣鸡丝 / 椒麻鸡 / 怪味鸡丝
花生酱鸡丝 / 麻油鸡丝
山椒汁凤爪 / 泡椒凤爪 / 豉汁凤爪
棒棒鸡丝 / 白斩鸡 / 黄瓜拌鸡丝
泡椒鸡杂 / 酸辣瓜条拌鸡胗
姜汁鸭掌 / 芥末鸭掌 / 凉拌鸭肠
酸辣海蜇丝 / 拌海蜇头 / 老醋蜇头
香酥带鱼 / 五香熏鱼
酒醉河蟹 / 虾仁拌芹菜 / 椒盐基围虾
凉拌鱼皮 / 椿芽拌虾 / 柠檬墨鱼
地道素食凉拌

四川泡菜 / 香辣圆白菜
白菜心拌豆腐丝 / 辣油小菜
红辣白菜 / 酸辣白菜
芝麻小白菜 / 芝麻酱油麦菜
冰糖银耳 / 三丝拌木耳
爽口木耳 / 泡椒黑木耳 / 拌三鲜
双色银芽 / 香糟豆芽
芝麻菠菜 / 芥末菠菜 / 拌青笋丝
蒜泥莴笋 / 椒麻扁豆 / 缠丝豆角
麻辣豆腐干 / 爽口茼蒿 / 炝辣黄瓜条
黄瓜拌粉皮 / 蓑衣黄瓜 / 姜汁黄瓜
拌萝卜皮 / 糖醋心里美 / 辣油瓜皮
辣萝卜条 / 蒜泥茄子 / 腌辣茄子
绿豆芽拌蛋皮 / 清拌菠菜
蒜泥拌蚕豆 / 香拌豆皮
皮蛋豆腐 / 卤煮腐皮 / 川味豆卷
椿芽蚕豆 / 酸甜蚕豆

《麻辣鲜香正宗川菜》

香卤五香豆 / 茴香豆 / 油炸黄豆
五香花生 / 脆甜花生仁 / 琥珀花生仁
辣味粉皮 / 芥末凉粉 / 川北凉粉
时蔬大拌菜 / 凉拌海带丝 / 凉拌金针菇

Part 02 最受欢迎的川味热菜

大呼过瘾的畜肉川菜

焦炸肝尖 / 大蒜烧肚条
火爆肚片 / 甜椒香肚
泡豇豆煨排骨 / 东坡肘子
萝卜干炒腊肉 / 水晶肘子
豆腐干炒腊肉 / 芫爆里脊 / 香辣回锅肉
农家小炒肉 / 毛血旺

熘肥肠 / 椒盐肥肠 / 辣香肥肠

干煸肥肠 / 五花肉炒豆腐干

水煮肉片 / 烟熏排骨 / 糖醋排骨

粉蒸排骨 / 白菜圆子

宫保肉花 / 爆炒腰花 / 荷叶蒸肉

粉蒸肉 / 红烧五花肉 / 红烧丸子

卤猪肉 / 红烧狮子头

鱼香肉丝 / 农家小炒肉 / 川味泡菜肉末

蒜香盐煎肉 / 糖醋里脊

鱼香午餐肉 / 蝴蝶猪头肉 / 锅巴肉片

火爆腰花 / 麻辣腰片

火爆双脆 / 香碎牛柳

胡萝卜炖牛肉 / 辣子牛肉丁

红油牛腱 / 肥牛豆脑

.....

Part 03 吃不够的川味汤羹、主食小吃

附录 正宗川味火锅

《麻辣鲜香正宗川菜》

章节摘录

版权页：插图：凉拌耳丝 [材料]猪耳朵300克，香菜、蒜苗各10克。[调料]葱丝、姜丝、料酒、沙茶酱、酱油、醋、白糖、盐。做法1猪耳朵处理干净，氽烫去血水，加入葱丝、姜丝、料酒煮约40分钟，煮烂后捞出，冷却。2香菜洗净，切段；蒜苗洗净，切丝。3将冷却后的猪耳朵切成丝，放入香菜段、蒜苗丝及沙茶酱、酱油、醋、白糖、盐充分搅拌均匀即可。卤味千层耳 [材料]猪耳朵3个。[调料]酱油、花雕酒、豉油、冰糖、姜块、葱条、植物油、八角、桂皮、甘草、草果（草豆蔻）、丁香、沙姜、陈皮、罗汉果、豆腐乳。做法1猪耳朵先刮干净，入沸水氽烫，放入卤锅，加入全部调料。2卤锅置火上加热，卤约40分钟，熄火浸泡，待汤汁稍凉，取出，将3个猪耳朵叠加后用重物压2小时，取下重物，切片，即可食用。四川熏肉 [材料]猪腿肉500克。[调料]调料包1个（花椒、八角、桂皮、葱段、姜片、红曲粉、白糖、料酒）、盐、味精、松柏末。做法1将猪腿肉切成方块，洗净，放冰箱中用盐腌渍1夜，将肉块放入沸水锅中煮1小时，捞出。2肉汤去浮沫加盐、肉块、调料包煮沸，转小火煮至汤浓肉烂，出锅前加味精拌匀；最后将煮好的肉放松柏末熏制10分钟即可。红油耳丝 [材料]卤猪耳1只、黄瓜80克、鸡蛋1个。[调料]红油辣椒、香油、生抽、植物油。做法1将卤猪耳朵切成丝，放入盘内备用。2将鸡蛋打入碗中打散；锅中倒入植物油，烧至五成热时，将鸡蛋液倒入热油锅中摊成蛋皮，盛出备用。3黄瓜洗净，与蛋皮均切成细丝，放在耳丝上，淋入红油辣椒、香油、生抽搅拌均匀即可。红油肝花 [材料]鲜猪肝300克、黄瓜100克。[调料]酱油、香油、辣椒油、花椒粉、盐。做法1将黄瓜洗净，切成斜片，用盐腌渍，然后用清水洗净，沥水，放盘中。2猪肝去除筋膜，洗净，入沸水中煮熟捞出，晾凉，切片；将猪肝片依次摆在黄瓜片上。3将酱油、香油、辣椒油、花椒粉、少许盐倒入碗里，调成味汁，将味汁淋于肝花上即可。

《麻辣鲜香正宗川菜》

编辑推荐

《麻辣鲜香正宗川菜(畅销升级版)》编辑推荐：天下的美食，单论普及程度，川菜是当仁不让的第一名。如同所有能让人无法自拔的事物一样，《麻辣鲜香正宗川菜(畅销升级版)》所讲的川菜绝对能将大多数人的胃口毫不费力地俘虏而去。

《麻辣鲜香正宗川菜》

精彩短评

- 1、炒菜的时候看看，还不错。
- 2、彩图川菜谱

《麻辣鲜香正宗川菜》

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