

# 《家常东北菜1000样》

## 图书基本信息

书名：《家常东北菜1000样》

13位ISBN编号：9787538440935

10位ISBN编号：7538440933

出版时间：2009-3

出版社：吉林科学技术出版社

页数：254

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)

# 《家常东北菜1000样》

## 前言

东北菜俗称“关东风味”，是由辽宁、吉林、黑龙江三省的地方菜点组成。东北菜在中国菜系发展中影响较大，是我国山海关外菜点风格的主要代表，也是现代中国烹饪百花园中的一束奇葩。东北菜的形成、发展与创新有着独特的历史文化渊源。据专家考证：战国时的青铜器燕侯盃，铭文有“鄆侯作饋盃”字样，是当时此地烹饪文明的佐证。东汉一号墓出土的“庖厨壁画”更说明了东北烹饪技艺已有相当的水平。辽代壁画中绘有契丹人围坐吃涮肉火锅和炙羊肉的情景。到了金代，北方人食俗“以羊为贵”，据《松漠纪闻》称：“金人旧俗，凡宰羊但食其肉，贵人享贵客间，兼皮以进日全羊。”进入清代，大清王朝的盛宴“满汉全席”使东北菜点如：烧烤、火锅、小窝头、萨琪玛、饺子等传遍大江南北，长城内外。同时，也吸收了全国各大菜系的精华，融会贯通，并结合地方特产不断推陈出新。历史的长河，灿烂的饮食文化，谱写着东北汉、蒙、满、回、朝鲜等各族人民勤劳智慧的篇章。东北菜的发展与东北的政治、经济、文化、地理、资源、民族、风俗密不可分。宫廷菜的精湛与考究；王府菜的名贵与品味；市肆菜的雅俗共享；民间菜的乡土风情；民族菜的风格各异，构成了东北菜的根基。值得一提的是清末民初，“闯关东”的历史潮，将鲁菜带入东北，使关外煮、炖、蒸、烧、焖、烤为主的烹调技法有了新的转变。煎、炒、烹、炸、熘、扒、爆、贴、熨、拔丝、蜜汁、挂霜、翻炒等烹调技法的融合，丰富了内容，演绎出许多新的菜肴。东北菜口味以成鲜为主，甜为配，酸为辅，辣为助，酥烂醇香，鲜嫩爽口，具有菜品丰富、季节分明、口味浓郁、讲究造型的特点。东北菜注重刀功、勺功和火功的运用，在菜肴制作上多采用腌浸，定味，找口等分阶段的加工方法。优越的地理环境，丰富的物产资源，多民族的饮食习俗，形成了东北菜自己独特的风格，并造就了一代又一代各怀绝技的大师名厨。

# 《家常东北菜1000样》

## 内容概要

《家常东北菜1000样》图文并茂，以家常东北菜为主，既有传统名菜，又有新派创新菜。全书分为“凉菜篇”“畜肉篇”“水产篇”“禽蛋篇”“豆制品篇”“蔬菜、食用菌篇”“汤羹炖品篇”“甜品篇”“燕鲍参翅篇”“主食篇”十大类。千余款菜品，投料准确，做法详实，让您足不出户，尽享地道的东北风味。

东北菜俗称“关东风味”，是由辽宁、吉林、黑龙江三省的地方菜点组成。东北菜在中国菜系发展中影响较大，是我国山海关外菜点风格的主要代表。

“闯关东”的历史潮。将鲁菜带入东北，使关外煮、炖、蒸、烧、焖、烤为主的烹调技法有了新的转变。东北菜口味以咸鲜为主，甜为配，酸为辅，辣为助，酥烂醇香，鲜嫩爽口，具有菜品丰富、季节分明、口味浓郁、讲究造型的特点。优越的地理环境，丰富的物产资源，多民族的饮食习俗，形成了东北菜自己独特的风格。

# 《家常东北菜1000样》

## 作者简介

张奔腾，中国烹饪大师，饭店与餐饮业国家一级评委，中国管理科学研究院特约研究员，辽宁创新菜联盟主席。1987年起参与和主编《中式烹调师》、《新派辽菜》、《创新东北菜》、《北方家常菜谱》、《辽东红楼宴》、《家常食疗菜典》、《清真美味365》以及《快乐厨房》、《家庭烹饪教室》、《酱料五味坊》、《生鲜超市家常菜》、《中国传统菜系》等著作150余部，并在《中国烹饪》、《中国食品》、《餐饮世界》、《东方美食》、《中国大厨》、《饮食科学》等杂志和报刊上发表论文及创新菜品200余篇。2001年赴台北中华美食展，获“厨艺超群”金鼎奖杯；2002年11月被国际饭店与餐馆协会和中国饭店协会授予“国际烹饪艺术大师”、“国际美食评委”荣誉称号；2003年成为“国际认证行政总厨”；2004年获“中国百名行业创新杰出人物金像奖”，被评为“中国饭店优秀职业经理人”；2005年7月被授予“博士学位”；2006年3月被选为中国餐饮业专家；2007年2月获中国饭店经理人网颁发的“特别荣誉奖”；2008年12月由法国国际美食会、世界奥古斯名厨美食会聘为大中华区荣誉主席，并授予美食博士、优质蓝带三星勋章、杰出酒店管理专家骑士勋章。现任沈阳假日大厦有限公司副总经理兼城市酒楼总经理。

# 《家常东北菜1000样》

## 书籍目录

凉菜篇 麻酱素什锦 素拌三丁 生拌萝卜皮 生卤青虾 银杏苦瓜 炆虾片 泡菜拌海参 五味苦瓜 拌双笋 老醋花生 芥末拌合菜 肉酱花生米 蒜泥茄子 生卤河蟹 糖渍卷心菜黄瓜 果味辣白菜 农家手撕菜 盐水鸭肝 姜汁菠菜 绿豆芽拌粉丝 香葱拌鸡胗 盐卤虾爬子 肉丝拌苦苣 茭白拌海蜷 松仁茼蒿 萝卜丝拌蜇皮 凉拌苦瓜 红油牛蹄筋 西芹拌香干 黄豆酥海带 酱猪尾 彩虹猪皮冻 酱汁鸭条 香辣牛心肚 毛豆肚丁 腰花拌双笋 腊八蒜泡脆耳 孜然羊肝 姜汁豇豆 皮蛋豆花 炆拌牛百叶 香椿拌蚕豆 芥末牛百叶 姜汁松花蛋 陈醋螺头拌菠菜 葱油拌双耳 黄豆酥小鱼 凉拌黄豆芽 辣拌牛花腱 五香牛腱子 家常酱牛腱 五香酱肉 兰花豆干 四喜辣白菜畜肉篇 炒猪肚领 糖醋排骨 红烧大排 红烧肥肠 家常扒五花肉 软炸里脊条 滑溜里脊 泡菜煸排骨 糖醋里脊 红松羊肉 辣白菜炒肥肠 干炸肉段 溜肥肠 溜腰花 软滑丸子 洋葱炒猪肝 油爆百叶 草菇蜜豆烧肚仁 牛子盖炒酸黄瓜 扒牛肉条 红烧牛尾 红烧狮子头 大蒜烧肚条 炸烹肥肠 巧手羊排 黄焖羊肉 葱烧蹄筋 千层羊肉 桂花羊肉 椒盐羊排 酱爆里脊丁 蜜汁烤羊腰 羊肝炒菠菜 煎焖肉饼 麻花溜腰花 飘香肉串 老店溜羊肝 栗子焖羊肉 烤羊腿 炸干子 溜三样 山楂炒羊肉 酱香蒸羊排 红烧猪蹄 红扒猪舌 三宝羊蹄 手把羊肉 干炸丸子 锅塌肉片 牙签羊肉 干炸羊肉片 珍菌扣牛舌 锅包肉 蒜泥羊排 溜肉段 肉皮烧海带 扒三白 招财进宝 稻草扎肉卷饼 干炸狗肉 干锅牛肉 红烧肚块 葱爆肉 人参五福扒金肘 铁板驴肉烧 肉丝炒平菇 枸杞菊花牛冲 猪肝炒芹菜 肉片炒海带 腐乳肉 它似蜜 竹夹牛柳 石锅驴肉 牛舌炖土豆 溜肝尖 金菇沙锅肥牛卷 凉吃狗脖肉 清烹里脊 烧蒸扣肉 黑椒烤牛柳 葱白鸡蛋炒肘花 金肘扒银芽 锅煽香肠 山楂果味锅包肉 炒肚丝 清炒牛肚片 农家小肥牛 芝麻牛排 炒烤牛肉 苏子叶卷肥牛 大枣焖肘子 炒回锅肉 一品鹿唇 香辣丁丁骨 家常炒猪肚 鸽蛋红蘑烧猪肘 香辣排骨 三鲜烧鹿筋 烤孢子肉 碳烧肉 富贵金踢花 干锅鹿肉 竹夹野猪柳 干炒肉丝 鱼香肉丝 蒜泥血肠 人参孢子肉 烤鹿肉串 炒肉榨菜丝 蛎黄酸菜煎血肠 人参蜜枣煨鹿筋 精品沙茶牛肉 红油狗排 石锅狗肉 红枣烧狗肉 菠萝锅包牛肉条 铁板酸菜血肠 狗肉焖板栗 酱烧泥鳅狗肉 铁板驴肉烧 ……

水产篇 禽蛋篇 豆制品篇 蔬菜、食用菌篇 汤羹炖品篇 甜品篇 燕鲍参翅篇 主食篇

# 《家常东北菜1000样》

章节摘录

插图：

# 《家常东北菜1000样》

## 编辑推荐

《家常东北菜1000样》集传统名菜与新派创新菜于一身的家常东北菜烹饪宝典。千余款菜品，图文并茂、讲解细致、简单易学、经济实用。

# 《家常东北菜1000样》

## 精彩短评

- 1、非常不错的一本书。里面都是彩页，还有菜肴图片。
- 2、本人就是一个东北人，在南方多年，喜欢自己在家做饭
- 3、看着图片不错
- 4、很适用的一本书，照着做，做出来的味道不错。
- 5、想买这本书的还没有买的朋友快来买吧



# 《家常东北菜1000样》

## 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)