

# 《新编大众菜》

## 图书基本信息

书名：《新编大众菜》

13位ISBN编号：9787535649065

10位ISBN编号：7535649068

出版时间：2011-12

出版社：湖南美术出版社

作者：胡维勤 编

页数：319

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)

# 《新编大众菜》

## 内容概要

《新编大众菜》内容简介：全民拼实惠，做菜如何更经济、更省钱？家常菜人人会做，如何拥有“秘密武器”让你做的菜别具一格？突破传统口味、日常烹饪，如何让你的厨艺更上一层楼？……翻开《新编大众菜》，你想要的通通都能实现。菜色超全、超实用：为你精心演绎了居家生活中最常吃的拌菜、炒菜、烧菜、蒸菜等11大类1000多道美味佳肴的做法。做法新、超易学：国际知名大厨教你巧安排，为家人准备最丰盛的营养餐，指导你举一反三活用各种烹调技法，让做菜变得简单又轻松、妙趣无穷。名师名厨修订更健康：增补大量健康饮食常识，让读者轻松了解食物的美味与营养的关键。

## 书籍目录

- Part 1 拌
- Part 2 炒
- Part 3 烧
- Part 4 蒸
- Part 5 炖煮
- Part 6 煎炸
- Part 7 腌卤
- Part 8 汤
- Part 9 饭
- Part 10 面
- Part 11 粥

## 章节摘录

版权页：插图：5凉拌菜保质期只有2小时 凉拌菜虽然美味，但是吃法也有讲究。做凉拌菜选择的蔬菜必须新鲜；用做直接生吃的黄瓜、莴笋、生菜等在用清水洗净后，应该再用凉开水过一下；操作时要生熟食分开，要用专用的案板与刀具；必须现做现吃，应在上桌后加调料拌均。在家庭里自己做的凉拌菜，卫生较为可靠。夏天凉拌菜上桌后如果2小时内还没吃完，最好就不要再食用了。长久以来，凉拌菜在口味上一直丰富多样，且讲究变化，诸如甜、酸、香、酥、脆、嫩、辣、咸等味，一应俱全，而且还可随材料做不同的调整，例如蔬果重视原味，海鲜要尝出鲜嫩，都不宜下太重的调味；而若要去掉肉类腥膻或独重开胃功能时，不妨添加重口味的香料或调味料，效果皆不错。（1）食盐能提供菜肴适当咸度，增加风味，还能使蔬菜脱水，适度发挥防腐作用。（2）糖能引出蔬菜中的天然甘甜，使菜肴更加美味。用以腌泡菜还能加速发酵。（3）葱、姜、蒜味道辛香，能去除材料的生涩味或腥味，并降低泡菜发酵后的特殊酸味。（4）红辣椒与葱、姜、蒜的作用相当，但其更为刺激的独特辣味，是使许多凉拌菜令人开胃的重大功臣。（5）花椒粒腌拌后能散发出特有的“麻”味，是增添菜肴香气的必备配料。（6）酒通常为米酒、料酒及高粱酒，主要作用为去腥、加速发酵及杀死发酵后产生的不良菌。（7）白醋能除去蔬菜根茎的天然涩味，腌泡菜时还有加速发酵的作用。（8）冷开水可稀释调味及发酵后浓度，适合用于直接生吃的材料，以便确保卫生。

# 《新编大众菜》

## 编辑推荐

《新编大众菜》编辑推荐：祝贺《大众菜6000例》荣登开卷生活类畅销书排行榜！名师名厨联手修订版全新上市。

# 《新编大众菜》

## 精彩短评

- 1、书里教做的菜很多，有时间慢慢学习，嘿嘿
- 2、书本质量还行，没有外面的塑料薄膜包装，封面有褶皱，里面也有点
- 3、很给力!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
- 4、在书店翻过才买的，第一次在当当网买书，29还包邮，比淘宝网还划算，还不用担心是盗版！
- 5、书里的内容很详尽 而且十分易懂 很实用
- 6、封面引人注目，软精装的感觉也很棒，打折后十几元的价格，书里一千多道菜，目测一页四个，很丰富，感觉有赚到。

# 《新编大众菜》

## 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)