

# 《家常菜王》

## 图书基本信息

书名：《家常菜王》

13位ISBN编号：9787538872972

10位ISBN编号：7538872973

出版时间：2012-10

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：陈志田

页数：383

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)

# 《家常菜王》

## 内容概要

家常菜，要的就是简单、快速、美味，此外，多点小巧思就能让平凡食材变幻出层出不穷新滋味。《家常菜王(畅销版)》600道家常菜，以简单易学为原则，汇聚凉菜、热菜、水产、菌豆6大类百味佳肴，让新手也能轻松搞定一日三餐，寻常的食材，简单的做法，超群的滋味，让全家人天天都能吃到过瘾。

《家常菜王(畅销版)》由陈志田编著。

# 《家常菜王》

## 作者简介

陈志田，国际烹饪艺术大师、中华名厨、国家高级烹调技师、国家高级营养配餐师、中国饭店业金牌大厨、亚洲蓝带白金五星级勋章。1977年生于河北省承德市丰宁县的中医世家，学历经济管理本科，现任北京名人美食保健协会理事，首都保健美食学会特约理事，荣获建国60周年酒店职业经理人国际精英论坛精英新锐大奖，担任第二届全国乡土菜大赛副秘书长，第二届搜厨国际烹饪大赛评委，中国饭店协会采购专业委员会评委，事迹录入《中国当代名厨》大师篇。擅长官府保健菜，师承“唐朝药王”孙思邈第48代传人——孙耀祖先生，凭借多年的烹饪经验，将中医、官府菜、融合菜三者有机结合为保健菜系，倡导“以自然之道养自然之身”的健康理念，在我国美食界享有盛誉。

# 《家常菜王》

## 书籍目录

### Part1家常菜面面观

- 制作凉菜有讲究 014
- 制作营养沙拉的妙招 016
- 常见畜肉与禽肉的选购 018
- 鱼的不同部位及其营养价值 020
- 食用海鲜的注意事项 022
- 常见菇菌的食疗作用 024
- 食用豆类的注意事项和保健功效 026
- 食用鸡蛋的七大误区 028
- 如何做到合理膳食 030
- 日韩料理与西餐简单做 032

### Part2家常凉菜

- 糖醋萝卜 036
  - 凉拌胡萝卜 037
  - 清凉三丝 037
  - 香菜拌心里美 038
  - 菊花西芹 038
  - 芹菜拌腐竹 039
  - 冰糖苦瓜 039
  - 凉拌韭菜 040
  - 苦苦菜 040
  - 红豆拌西兰花 041
  - 凉拌苹果花豆 041
  - 橙香瓜条 042
  - 红酒蜜梨 042
  - 橙汁冬瓜 043
  - 鲜橙醉雪梨 043
  - 黄瓜梨爽 044
  - 野妹子拼盘 044
  - 双味芦荟 045
  - 白玉凉粉 045
  - 麻醋藕片 046
  - 桂香藕片 047
  - 醋泡花生米 047
  - 荷花绘素 048
  - 蜜制圣女果 049
  - 火山降雪 049
- Part3家常热菜  
Part4家常水产

### Part5家常菌豆蛋

### Part6家常主食小吃

### Part7日韩料理与西餐

# 《家常菜王》

## 编辑推荐

6道天天都吃的经典，家常菜寻常食材、家常做法、超群滋味。 传承中华美食厨艺精髓，精心挑选最受国人喜爱的美味佳肴，百样荟萃，风味独特，挑逗味蕾，让人陶醉。拥有《家常菜王》(作者：陈志田)，让全家天天都有好口福。国际烹饪大师传授地道厨艺，让您动手做出一道道喷香美食。超精美板式，让检索变得更加简便。

# 《家常菜王》

## 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](http://www.tushu000.com)