

# 《精选家常小炒138道》

## 图书基本信息

书名：《精选家常小炒138道》

13位ISBN编号：9787506451284

10位ISBN编号：750645128X

出版时间：2009-1

出版社：中国纺织出版社

页数：95

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)

# 《精选家常小炒138道》

## 内容概要

《精选家常小炒138道》介绍了138道制作简单、营养丰富的家常小炒的制作方法。小炒是我们家常饮食当中非常重要的一种菜肴加工手段，新手下厨，炒菜最简单，老手出招，炒菜见功夫。《家精选家常小炒138道》高手支招，让您从容掌勺。

## 书籍目录

### 飘香畜肉类

- 1 百合炒牛肉
- 2 腐竹烧肉
- 3 春笋烧腊肉
- 4 茶树菇炒肉丝
- 5 菠萝炒牛肉
- 6 豆干青蒜炒肉片
- 7 黄花菜烧肉
- 8 酱肉豌豆
- 9 尖椒羊肉
- 10 菱白炒羊肉丝
- 11 芥蓝炒瘦肉
- 12 黄瓜熘肉片

### 美味禽肉类

- 13 滑子菇炒鸡丁
- 14 鸡蓉猴头菇
- 15 红烧鹌鹑
- 16 胡萝卜烧鹅方
- 17 豆苗炒鸡片
- 18 干烧鸡块
- 19 韭菜炒鹅蛋
- 20 南瓜咖喱鸡
- 21 青椒烧鸭块
- 22 腰果鸭丁

### 营养水产类

- 23 蚕豆炒虾仁
- 24 炒黄鳝丝
- 25 海米油菜
- 26 海鲜炒芦笋
- 27 尖椒炒蛤蜊
- 28 芦笋炒虾仁
- 29 蒜薹炒鱿鱼
- 30 豌豆虾仁
- 31 西兰花炒鱿鱼
- 32 虾仁炒芹菜
- 33 鱿鱼炒芥蓝
- 34 香蒜咖喱炒蟹

### 养生素菜类

- 35 百合黄花菜
- 36 豉椒苦瓜
- 37 春笋炒豌豆
- 38 西红柿豆腐
- 39 杭椒炒蟹味菇
- 40 炒平菇
- 41 红烩菜花
- 42 尖椒炒豆皮
- 43 酱爆茄子

## 《精选家常小炒138道》

- 44 韭黄炒素鸡
- 45 百合甜豆
- 46 空心菜梗炒玉米粒
- 畜肉类
- 47 韭菜炒羊肝
- 48 蕨菜炒腊肉
- 49 苦瓜炒腊肉
- 50 腊肠炒油菜
- 51 腊肉炒苋菜
- 52 芦笋炒牛肉
- 53 毛豆红椒炒肉丝
- 54 木耳炒肉
- 55 牛蒡炒肚丝
- 56 青蒜慈姑炒咸肉
- 57 芹菜香干炒牛肉丝
- 58 肉炒滑子菇
- 59 肉炒榛蘑
- 60 肉末橄榄四季豆
- 61 肉片炒西葫芦
- 62 肉片鸽蛋烧甘蓝
- 63 肉烧小白菜
- 64 山药炒肉片
- 65 蒜薹炒腊肉
- 66 土豆炒肉片
- 67 豌豆炒牛肉
- 68 香菜炒牛百叶
- 69 香辣肉丝
- 70 雪里蕻炒百叶
- 禽肉类
- 71 炒鸽脯
- 72 炒鸡杂
- 73 贵妃鸡翅
- 74 脆皮鸡片
- 75 辣子鸡丁
- 76 宫保鸡丁
- 77 金针鸡丝
- 78 飘香田螺鸡
- 79 滑炒鸡脆骨
- 80 虎皮凤爪
- 81 酱爆鹅丁
- 82 韭黄炒鹅丝
- 83 葱爆鹅颈
- 84 杭椒炒鹅肝
- 85 滑炒鹅片
- 86 姜爆鸭丝
- 87 苦瓜炒鸭舌
- 88 炒鸭肠
- 89 蚝油鸭掌
- 90 桃仁鸭丁

## 《精选家常小炒138道》

- 91 京葱炒烤鸭丝
- 92 尖椒鹌鹑
- 水产类
- 93 青蒜炒河虾
- 94 胡萝卜毛豆鱼丁
- 95 芹爆鳝丝
- 96 虾皮炒茭白
- 97 爆鲢鱼头
- 98 蝴蝶片
- 99 炒鱼泡
- 100 爆双脆
- 101 姜葱炒肉蟹
- 102 爆鱿鱼须
- 103 爆鱿鱼卷
- 104 菜胆映红梅
- 105 爆鳝筒
- 106 腐竹烧黄鳝
- 107 茶香椒盐虾
- 108 馋嘴牛蛙
- 109 葱姜炒竹蛭
- 110 红椒炒河虾
- 111 西红柿炒虾仁
- 112 炒黑鱼片
- 113 炒螺蛳
- 114 芙蓉翡翠银鱼
- 115 榛蘑炒西芹
- 素菜类
- 116 韭菜炒豆芽
- 117 炒鲜奶
- 118 麻辣茼蒿
- 119 木耳烧山药
- 120 农家炒豇豆角
- 121 香菇荷兰豆
- 122 成蛋黄焗玉米粒
- 123 炝炒黄豆芽
- 124 清炒芦笋
- 125 三丁玉米
- 126 什锦山药粒
- 127 双色菜花
- 128 丝瓜炒毛豆
- 129 松仁玉米
- 130 素炒鸡腿菇
- 131 素炒三丝
- 132 酸菜炒粉丝
- 133 豌豆尖扒蟹味菇
- 134 蟹味菇炒丝瓜
- 135 酱香炒莴笋
- 136 鲜炒香菇
- 137 金蒜鸡腿菇

138 鲜蘑腐竹  
不可不知的小炒诀窍

# 《精选家常小炒138道》

章节摘录

插图：

# 《精选家常小炒138道》

## 编辑推荐

《精选家常小炒138道》由中国纺织出版社出版。



# 《精选家常小炒138道》

## 精彩短评

1、初次做饭的值得看

## 《精选家常小炒138道》

### 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)