

《贝太厨房 至爱小炒》

图书基本信息

书名：《贝太厨房 至爱小炒》

13位ISBN编号：9787500087977

10位ISBN编号：7500087977

出版时间：2012-4

出版社：中国大百科全书出版社

作者：《贝太厨房》工作室

页数：207

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

《贝太厨房 至爱小炒》

内容概要

《贝太厨房 至爱小炒》将为你把如何炒出好滋味的秘密一一揭示，从如何选锅到食材切割，调味乃至火候无一不细，更有85道极富代表性的美味小炒，有健康的时蔬、诱人的肉食、鲜美的水产和香气扑鼻的豆腐鸡蛋等等。每道菜都有具体的步骤和精美的大图，教你20分钟就能将美味可口的饭菜端上桌，让厨房成为你和家人的必争之地！

《贝太厨房 至爱小炒》

书籍目录

蔬食下饭香 黑木耳炒山药
炒苍蝇头
鱼香茭白
冬笋豌豆尖
豆豉鲮鱼油麦菜
咸蛋黄炒南瓜
荷塘小炒
红菜苔炒腊肉
辣炒空心菜梗
炒豆芽松
炒芋头丝
孜然土豆丁
韭菜苔笋丝炒肉
榄菜肉末四季豆
老油条炒丝瓜
香草炒蘑菇
椒香蚕豆
干煸豆角
黑三剁
芥兰炒腊味
清新炒蚕豆
肉末茄子
小炒酸菜
手撕包心菜
南乳脆藕片
美极杏鲍菇
肉末苦瓜条
潮州小炒皇
香菇榨菜丝
菜花干炒肉
肉丝炒扁豆丝
尖椒土豆丝
酸辣藕丁
鱼虾添香
爆炒牛蛙
香炒小黄鱼
核桃炒虾丸
客家小炒
生炒草鱼球
丝瓜炒花蛤
炒鳝丝
豆豉炒鲜鱿
青豆炒虾仁
蒜蓉炒盐酥虾
三杯小卷
雪菜鱼片
泡椒墨鱼仔

《贝太厨房 至爱小炒》

肉香解馋 酸辣鸡脆骨
碎米鸡丁
白油猪肝
白果鸡丁
白萝卜炒牛肉丝
农家小炒鸡
尖椒榨菜炒肉丝
芦笋爆炒牛肉
小炒肉皮
泡椒腰花
小炒鸡杂
咸菜炒猪肚
银芽炒鸡丝
韭黄炒肉丝
它似蜜
左公鸡
杭椒炒牛柳
豉汁炒鸡翼球
酸豇豆煨排骨
回锅肉
酸辣鸡胗
京酱肉丝
干煸肉丝
鱼香肉丝
葱爆羊肉
农家小炒肉
荷兰豆炒鸡柳
辣白菜炒五花肉
香气四溢 尖椒炒豆皮
木须肉
烤馕炒肉
西红柿炒蛋
蚂蚁上树
宫保豆腐
松仁玉米
笋丁毛豆香干
腊肉炒年糕
小炒豆腐
韭菜苔炒香干
双椒炒皮蛋
炒菜好吃的秘密 食以味为先
切割技巧
选一口好锅
炒菜选对油
关于“炒”

《贝太厨房 至爱小炒》

章节摘录

版权页： 插图： 榄菜肉末四季豆 榄菜是潮汕特有的一种腌制食品，通常是配白粥吃。但是你知不知道，用它来做菜、蒸鱼也有独特的风味。这道榄菜肉末四季豆就非常下饭，号称米饭杀手！

用料：猪肉馅 100g 榄菜 30g 四季豆 400g 盐 2g 糖 2g 鸡精 少许 生抽 5ml 蚝油 5ml 大蒜 2瓣 姜 5g 油 20ml

做法：1 将四季豆去头尾和老筋后切成0.5cm长的粒。大蒜和姜切碎。2 锅里不放油烧热，放入四季豆翻炒一会儿断生，盛出备用。3 炒锅放油烧至7成热，下姜、蒜稍微炒出香味后下肉馅，大火翻炒至变色。4 然后把四季豆倒进去翻炒到变软，再下榄菜、盐、糖、生抽和蚝油翻炒，加少许水，盖上盖子焖3分钟后揭开盖子，放鸡精，翻炒匀，关火盛起。美味秘诀：1.榄菜是这道菜出味的关键，所以一定要选择品质好的榄菜。2.四季豆要做熟，否则会引起食物中毒，所以要加水盖锅盖焖一下。

《贝太厨房 至爱小炒》

编辑推荐

《贝太厨房 至爱小炒》编辑推荐：你有没有试过，每天下班后，对着菜市场那几样千篇一律的食材发愁？又是炒白菜，又是炒肉丝，单调和平淡让人提不起胃口。贝太图书《贝太厨房 至爱小炒》，里面有85道各富特色的炒菜，同样还是那些食材，但是不同的搭配、不同的调味方法以及各种让菜肴的美味扩大到极致的小秘技，让你玩转厨房，来让你的生活和餐桌都一样活色生香，有滋有味吧！

《贝太厨房 至爱小炒》

精彩短评

- 1、很喜欢吃小炒的东西，够味道，所以买了这本书，眼前一亮的感觉。书的纸张好。是彩页的，排版好看，图片清晰让人看着有食欲。
- 2、都是看得到的食材,有的原来也会做,不过看了书之后更有心得了
- 3、总不知道炒什么菜，于是买一本，没主意的时候参考一下
- 4、厨艺启蒙书。
- 5、还是比较实用的一本书，平装书也买了。
- 6、简单实用，色香味搭配的也很好，适合初学者和上班一族，能够快速炒出一道好菜
- 7、喜欢美食，喜欢烹饪，很实用的一本书，贝太值得拥有的好书
- 8、很嗲的，贝太这本图书开面也大了，跨P菜图好美.....看着好有做菜的冲动！！
- 9、照着书上说的炒了几样菜，很好吃哟！
- 10、刚买来的小炒书价格很划算，买两本，只要一本的钱，内容上很实用，除了详细的操作方法外还配有大量的分步图，虽然不是每一步骤都有图，不过关键的步骤配有图也OK。
- 11、烹饪是门大学问，但家常便饭小炒更为受大众喜欢，方便又美味。这本给了很多做菜灵感，对着市场上有限的食材可以做不一样的菜了。
- 12、厨艺需要进一步进展。
- 13、朋友要的，我没看到，希望她炒的菜越来越好吃
- 14、给爱人炒些菜吃吧~~~
- 15、书里面的图片都很精美，值得一说的是菜谱，都是简单的小炒家常菜，适合两三个人的小家庭。
- 16、至爱小炒，很实用
- 17、不错，大部门是家常菜，食材好买！
- 18、照着做了上面的一些菜，结合家里传统的做法，很不错哦~
- 19、感觉还行，试着炒了几个
- 20、一直对贝太情有独钟，不论是好吃的美食，还是精美的图片，都让人感到舒服。今天书刚到，立刻实践。下午站在灶台前边看书边操作，蚂蚁上树，咸蛋黄炒南瓜出锅了，赶快叫老公和儿子来尝尝。“怎么样？”期待，“嗯，不错，这才叫菜呢！”儿子冲我竖起了大拇指。“好吃，老妈！”“不是一个，是一千个！”接着又强调。哈！听着好舒服！
- 21、我是为了家里的宝贝才学做饭的，对照着书做了个青豆炒虾仁，看见她吃得津津有味我觉得真幸福。
- 22、“贝太厨房”出的《至爱小炒》和《轻松学西餐》都挺好，细致详尽新手也可以入手（当然做菜还在计算“蚝油1/2匙、盐10克”是多少的就算了）。配图很漂亮，所用食材都是寻常可见的，入选菜式的可操作性很强。
- 23、很不错，简单明了易操作
- 24、我只能说，书极美！我这个不爱炒菜的人也爱上了这本书。印刷，纸张都是一流。那些精美的图片看着就让人有胃口。看来炒一道好菜也能够让人精神愉悦呀。都可以买来学学，丰富我们的胃。
- 25、去小阿姨家玩，不知道送什么好，就买了这本书送她。结果晚上小阿姨做了其中的两道菜来回馈我，真是色香味俱全。
- 26、书质量很好，里面全是彩页的，图片看着很是诱人，85道菜分为5个章节进行编辑的，用料和做法写的很是清楚，原材料也都比较常见，看着就像立马去做试试，是值得用有的一本菜谱哦~~
- 27、妈呀看见一个莲藕被剃成了花型，这些米饭杀手们！！一定要把他们绳之以法吃进肚里才行啊！！饿了.....菜谱现在在哪儿都能找到，后面的选料选材刀工和做法还蛮不错的。
- 28、贝太的书没话说，铜版印刷，制作精美，好书精心收藏
- 29、给妈妈买的，她说很实用，而且我也看过了，真的很简单，操作性很强，关键是书里介绍的食材一般的菜市场都能买得到。
- 30、内容很丰富，菜也不是很难做，贝太的书都不错!
- 31、本人不是很喜欢做菜，呵呵，不过可以培养老公阿，书中的小炒很经典，同时也非常非常容易学，很适合新入门的人看，非常喜欢贝太厨房的书，都很不错。
- 32、这些小炒都好好下饭 希望我可以煮得好吃

《贝太厨房 至爱小炒》

- 33、发现自己每次都只会做这么几个菜，味道也一般般，新买了一本小炒书，想从最简单、最常用的炒菜开始学习，希望厨艺有所提高，很是期待……
- 34、呵呵。。里面的小炒。。没有想象中的复杂。。可是为什么看到好多都要放辣椒呢。。呵呵。。真希望可以买到一本正宗的粤菜。。
- 35、都是简单易操作的家常菜，印刷纸质什么的都很好，贝太的书都很不错！
- 36、贝太厨房的品质不是吹的，从内容到装帧都一流。书里面的菜都是家常的，原料也绝大多数都好买到，除了一些南北方差异比较大的东西，但也可以发挥自主能动性用别的食材替代。图片精美，操作步骤简单明了。书后面还加了很多关于厨具啊调料啊什么的知识，对厨房新手帮助很大。这本书真的很棒！
- 37、我都会炒
- 38、85款小炒，款款经典，可惜还没都学会，好书。
- 39、所有的菜都很经典，看了很有胃口，操作步骤、美味秘诀也很简单、实用！推荐！
- 40、已经开始按食谱做了，感觉很好，书后有各种基础知识很实用，第一道菜让我知道刀功的重要性，决定按菜谱一道道做下去，因为，烹饪让我有种幸福的感觉。
- 41、全场彩页倒是挺实用的 有步骤有小秘诀 算是菜谱里比较好的了 但是得看里面菜的口味是不是合适自己
- 42、这已经是第2次购买这本书了，是给妹妹买的，希望她也喜欢。贝太出品精美、精致，而且特别适合爱下厨的人。
- 43、我喜欢贝太的书,已经照着书上做了几道菜,家里人都说好.
- 44、信任贝太，作为贝太的忠实粉丝，支持一下！所有菜品几乎我都尝试过，真的很好吃，而且极易上手。以前都是按杂志上的自己去摘下来，现在是整理好的，更省事，值得推荐。
- 45、刚刚看了下，想马上试试，里面有许多健康的小炒
- 46、试着做了几道菜，还是很好吃的
- 47、很好，很实际的一本书，作为贝太十年的忠实粉丝，这本书绝对不容错过
- 48、菜谱书买了不少，真正照着做的没几本，有的菜谱买回家后只看了几页就扔一边了，只有几本贝太的菜谱比照着尝试做过几道，大多都成功了。
- 49、非常实用的一本书！食材很常见在超市基本都能买到，做法也比较简单，菜肴也是家常菜，感觉对烹饪越来越有兴趣了！
- 50、我和婆婆都是贝太的超级粉丝，买了很多本贝太的书了，《绝色川香》《一碗好汤》《轻松学烘焙》~~还有这本《至爱小炒》，印刷质量很好，图片非常的精美。
- 51、我勒个去，好多粤菜
- 52、超级棒 贝太的书都很好，喜欢，食材都好找，也很容易做，喜欢喜欢
- 53、书中介绍的食材都是很容易买到的，做法也很简单易学，但是好多都是辣的菜，准备有时间挑适合的学着做做。
- 54、没味小炒，人人都可以做到
- 55、介绍的菜式很吸引，买菜前看看，就不用愁了！！配方也很好，炒出来的效果跟书上的一样，味道特棒棒！
- 56、各种小炒，回家要试一试??赞啊
- 57、一直喜欢这个系列。简单朴实更近生活。
- 58、觉得好不实用
- 59、小炒看起来也有点油腻啊
- 60、以前没买过这一类的，种类还挺多的，看着也不是很难的，以后慢慢学来炒，挺不错的
- 61、彩图，作料都能在生活中买的到，这下不愁找不到炒的了
- 62、至爱小炒相当不错的书哦。推荐
- 63、不太会做菜，买来尝尝，也丰富下生活，里面的菜比较家常但是照着书做做出来的东西还是很有食欲的
- 64、本人为家庭主妇，本书的家庭小炒80%都做过，在不知道晚上吃什么拿来看看还是很好的。
- 65、很经济，里面的步骤详细而且易懂，很适用于我们这类刚开始学炒菜的。而且有分开菜与肉来排版，下厨后味道着实不错

《贝太厨房 至爱小炒》

- 66、一直找不到合适的礼物买来送给从美国回来的同学，只到这套书，她很喜欢。觉得为她平凡安静的北美生活增加了生活的创意。书上的图片漂亮，食材家常，操作也十分方便。美国什么也不缺，可是远离了中国文化，难以享受的就是我们博大精深的舌尖上的中国。这个但愿能够弥补一点点。
- 67、很喜欢贝太的系列书，这次一出新的就买下了，真的不错，菜色丰富，做法详细，小贴士也很实用。喜欢啊~
- 68、我以我的亲身体验告诉没有厨艺而又跃跃欲试的朋友们，这本小炒书真的不错，超级适用！
- 69、特别实用啊这本。都很清爽大量粤菜系。
- 70、爱家人,爱厨房,易学,好吃,不错的选择。
- 71、炒出生活好味道，不错，推荐
- 72、我是肉食动物，书一到手，便翻看起肉类小炒来了。肉类部分的篇章名叫做肉香解馋，那我今天晚上就让老妈做俩喂喂我这个馋猫吧。
- 73、还不错。如果“美味秘诀”部分再丰富一下内容，多点儿经验教训一类的就更完美了。
- 74、图片很好看食材普通容易学。
- 75、一下子买了不少贝太的书，感觉书质量很好，值得多读几遍。
- 76、饿。分了蔬菜、肉类、鱼虾三类，都是些很实用的炒菜，小技巧也简单易懂——不想住宿了让我自己做饭好不好！
- 77、很好，试着做了一两道简单的，不得不说，有些菜配料太多，一般人家哪里会准备那么多料
- 78、儿子抱怨家里的菜就那几样。哈哈，自从买进这本书，他再也不抱怨了。当天就照着做了个蒜蓉炒盐酥虾，儿子感叹“我很久都没这么爱吃虾了”超有成就感哦。
- 79、小炒
- 80、小炒简单，又很快捷。非常喜欢。
- 81、看看还不错，食材也简单。
- 82、很早就买过几本，后来暂停出版了还很遗憾，很惊喜在当当看到新推出的系列书，这本书印刷较精美，图文并茂，有材料步骤解析，其中很多都是大众家庭常做的菜式，也有精致的菜式，要想在家吃到饭馆的美味，就选它吧，家常必备，吃货最爱，非常好！
- 83、之前在网上兴致勃勃地买了本《新媳妇私房菜》，可是收到书后才发现里面大多是西餐，尽管图片好看，而且俺也是新媳妇，可是不合我和家人的口味啊。这次买了这本后，对着上面做了好几次菜了，自我感觉良好，家人也说很好吃，超有成就感！O(_)O哈哈~
- 84、到货快 图片很诱人~~很符合贝太厨房一贯的风格但是小炒都是些家常菜，没有特别多小技巧的交代似乎没有什么太有用的
- 85、都是挺实用的家庭小炒
- 86、很赞啊 菜很实用 很喜欢 上手就尝试做了4个菜 食材都还算好买 里面用量也都很清晰 一点基础都没有的人也可以做的很好 寝室朋友看了也都说很合适 还便宜 这本书真的是买的很值了！
- 87、喜欢在家炒菜做饭，平时也变化着花样来丰富餐桌的菜式，可是终究敌不过漫长的日子，家里的"老三样"终究是吃厌了，于是做饭的热情也消退不少，还好新买到了一本小炒书，还真不错，鲜蔬、畜肉、鲜虾、鸡蛋与豆制品样样都用，荤的，素的，亦荤亦素的这里全都有，回家好好买菜做饭去。
- 88、很不错,印刷算精美,即使不做,看看也是享受.做法简单易学,配料也比较基础容易买齐.可以解决"今天吃什么的问题".非常实用的一本书,小炒适合快节奏生活的人.
- 89、没事就翻翻，然后想着下次做什么好吃的给家人吃呢，非常方便的一本书，图文并茂，里面的图片特别漂亮，书的质量也特别好，值得拥有！
- 90、都是简单的家庭小炒，很有意思，很有味道~
- 91、贝太出的书都很好！希望继续出版实用类料理书
- 92、享受品质生活、轻松搞定厨房。简单易学的好书
- 93、简单易做的小炒，配详细的做法，相片拍得很漂亮，书的质量非常好
- 94、很多小炒的做法，很详细！
- 95、现阶段厨艺水平和硬件条件小有难度。。
- 96、这本书很好 我很喜欢 里面的菜适合咱不会下厨房的姐妹们 给满分
- 97、图片精美，看着就有食欲，贝太家的书我都买

《贝太厨房 至爱小炒》

- 98、内容不错，不过里面有很多辣的菜，不符合我的口味；印刷质量也不错，很精美，图片很吸引人；只不过不是活页装订，很喜欢贝太的活页装订方式，希望以后还能继续采用
- 99、最为新晋全职家庭主妇，一次性买了几本书，虽说菜谱上有重复的，但是每本书都有几道特别诱人的菜，这本贝太的至爱小炒上的左鸡公，酸辣鸡杂，客家小炒，炒鳝丝，烤馕炒肉，都是超爱吃的，跟着书只学会这几道就超值了，更何况还有80多道菜呢。还有后面的小窍门，令人受益匪浅。PS:李锦记的酱油，王致和的料酒，出镜率太高了！
- 100、至爱小炒再也不用为不知道做什么菜而担心了。
- 101、最近特喜欢炒菜，在网上算是精挑细选，最终选了这本和《文怡家的私房菜》，这两本都还不错，步骤讲解的都还算详细，原料配料什么的基本上是几g几ml的要么就是一个、半个的，印刷质量很不错。

《贝太厨房 至爱小炒》

章节试读

1、《贝太厨房 至爱小炒》的笔记-第1页

给的菜谱都比较简练，但实际如果是没做过饭的人按照这个去做的花一点都不简单.....

《贝太厨房 至爱小炒》

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