

《简易养生菜》

图书基本信息

书名：《简易养生菜》

13位ISBN编号：9787506437325

10位ISBN编号：7506437325

出版时间：2006-3

出版社：中国纺织

作者：路新国

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

《简易养生菜》

内容概要

本书精选了中国烹调中具有代表性的原料加工方法、调料运用原则、烹调技术分析、名菜制作关键等内容，既有当今厨师的实践经验，也有专业人士对烹调难题的释疑之作，还有一些烹调大师的绝招，汇总了基本的烹调技术。为使读者掌握中国菜肴制作技巧，提高烹调水平，并争取成为烹调高手与大师，助一臂之力。更重要的是，通过阅读此书，可以按图索骥，举一反三，不断提高自己的烹调水平，逐步达到学厨者所追求的求像、显技、味美三大境界，是专职厨师的好帮手，烹饪培训的好帮手，家庭主妇的好老师。

中国被公认为“烹饪王国”，菜肴的色、香、味、形、声、器、意、质等赋予了中国菜口感独特、风味多样、适应性强的特色，体现了丰饶多彩的物产和传统精湛的饮食文化，高精纯熟的烹调技术与长期的经验积累。中国烹饪作为一种艺术，一种文化，一门科学，其知识和技能是基础。如何使自己掌握烹调秘诀，从而烹调出美味佳肴，进而成为烹饪高手，这是不少中青年厨师和广大家庭主妇、烹调爱好者梦寐以求的目标。

本书条理清楚，易懂好学，集科学性、理论性、实用性于一体，可操作性强，有关烹调的基本知识均可在书中查到，既可作为广大厨师可靠的参考读物，也可供一般家庭及烹饪爱好者阅读使用。

《简易养生菜》

书籍目录

1.莲玉猪肉煲2.淡菜炖排骨3.榨菜肉丝汤4.氽肉圆汤5.杜仲牛膝煲6.炖酥腰7.莲子猪心煲8.豆豉猪肝汤9.高瓜炒心片10.黄芪猪肝11.腐竹猪肚12.沙锅肚肺13.藕粉圆子14.女贞牛肉15.大枣兔肉16.玉竹兔肉17.壮阳鞭花汤18.菟丝子鹿鞭煲19.南乳鸡翅20.竹紫鸡丝汤21.龙井鸡片汤22.冬菇凤瓜煲23.三七老鸡煲24.馄饨鸭25.老鸭煲26.太子参炖鹤鹑27.虫草川贝炖鹤鹑28.杜仲鹤鹑煲29.莲藕乳鸽30.盐水虾.....

《简易养生菜》

章节摘录

书摘12 沙锅肚肺 原料 熟猪肚400克，熟猪肺250克 调料 黄酒、葱段、姜片、味精、盐、鲜汤、色拉油各适量 做法 1 猪肚切成5厘米长、1.3厘米宽的片；猪肺切成0.6厘米厚的柳叶片。 2 炒锅置火上，烧热后倒入少量色拉油，放入葱段、姜片炸出香味，加鲜汤、盐、味精、黄酒、肚片、肺片，烧开后再全部倒入大沙锅中，用中火慢炖至酥烂入味，撇去浮沫，调好口味即可食用。 13 藕粉圆子 原料 红绿丝、金橘、松子仁各5克，蜜枣15克，桃仁10克，芝麻粉7.5克，糖油丁50克，藕粉400克 调料 绵白糖75克，糖桂花少许 做法 1 红绿丝、金橘、蜜枣、桃仁、松子仁碾碎，加芝麻粉、绵白糖、糖油丁拌匀，搓成弹子大的馅心待用。 2 藕粉碾碎过筛，放入馅心滚上一层藕粉，取出装入爪篱中入沸水锅烫过，再滚一层藕粉，反复多次。 3 锅内加适量清水，放入圆子煮熟，装入放有糖桂花的汤中即可。 14 女贞牛肉 原料 牛肉400克，黑枣(去核)24个，女贞子15克 调料 盐、姜片、黄酒、牛肉汤各适量 做法 1 牛肉洗净，切成1.5厘米见方的块；黑枣、女贞子洗净。 2 锅内放牛肉汤、黄酒、姜片、牛肉块、黑枣、女贞子，用旺火烧开，撇去浮沫，烧约10分钟，改中小火炖至牛肉酥烂，用盐调味即成。 功效 补肝肾，乌须发。 P15-16插图

《简易养生菜》

编辑推荐

本书精选了中国烹调中具有代表性的原料加工方法、调料运用原则、烹调技术分析、名菜制作关键等内容，既有当今厨师的实践经验，也有专业人士对烹调难题的释疑之作，还有一些烹调大师的绝招，汇总了基本的烹调技术。为使读者掌握中国菜肴制作技巧，提高烹调水平，并争取成为烹调高手与大师，助一臂之力。更重要的是，通过阅读此书，可以按图索骥，举一反三，不断提高自己的烹调水平，逐步达到学厨者所追求的求像、显技、味美三大境界，是专职厨师的好帮手，烹饪培训的好帮手，家庭主妇的好老师。

《简易养生菜》

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