

<<新版家常菜大全集>>

图书基本信息

书名：<<新版家常菜大全集>>

13位ISBN编号：9787040310900

10位ISBN编号：7040310902

出版时间：2010-10

出版时间：周卓琳 高等教育出版社 (2010-10出版)

作者：周卓琳 编

页数：379

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：<http://www.tushu007.com>

## <<新版家常菜大全集>>

### 内容概要

《新版家常菜大全集：1800余道精选健康家常菜1》经过一年多的精心策划和创作，在众多美食营养专家和烹饪顾问的指导下成功面世。

编撰期间，编者不仅根据营养专家的要求不断改进烹饪方式，以保留菜品更多的营养，还根据烹饪顾问的指导不断调整制作步骤，使菜色香味俱全，营养更加丰富。

专家、顾问和编辑的共同努力，使这本菜谱既具有权威性，又具有可操作性，是您厨房必备的好伙伴。

书中的每道菜的原料都是菜市场、超市中常见的，能随意买到；每道菜所用的烹饪手法都是“炒、煎、煮、蒸、炸”等常见操作，简单易学；所用厨具也都是居家常备的锅碗瓢盆。

一书在手，健康美味全数收录，一定会让厨房变成您展示厨艺的舞台，让餐桌变成您家里最温馨的美味天堂！

## &lt;&lt;新版家常菜大全集&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 喷香热菜精致小炒菜伴水芹香芹菜炒肉丝芹菜干丝金边白菜剁椒白菜素炒圆白菜胡萝卜炒菠菜干豆豉炒蕨菜麻辣鸡丝蕨菜椒丝腐乳炒空心菜沙姜芥蓝莴笋炒蒜苗素烧三圆炆炒西兰花番茄菜花酸辣洋葱圈蒜蓉苦瓜笋丝豆苗素炒三丝糖醋胡萝卜丁糖醋莲藕糖醋水萝卜红油萝卜响炒西葫芦甜辣红薯丝杭椒炒茭白豆豉小辣椒清炒山药丝蜜汁香芋土豆搓搓清炒荷兰豆清炒刀豆干煸黄豆芽黄豆肉丁炒雪菜鸡蓉鱼翅口蘑炒莴笋木耳炒黄花菜桂圆素虾仁干煸苦瓜炒毛豆萝卜干炒青豆玉米笋炒青豆香辣四季豆糟辣黄豆雪菜炒黄豆葱炒豌豆糖醋豌豆香菇炒豌豆火腿蚕豆肉末炒蚕豆芙蓉鲜豆瓣酿红豆麻辣脆豌豆家常炒豆腐八宝豆腐蛋黄豆腐美味腐竹咖喱炒干丝蒿秆炒干丝三杯鸡三丁炒鸡鸡丝掐菜甜辣鸡块糊辣鸡块梅子鸭家常鸭片炒辣子鸭块糊辣椒兔鲜果咕咾肉青椒炒肉片蒜香盐煎肉香辣猪肝片黑椒牛柳韭黄炒牛肉片锦绣牛肉粒熘带鱼醋烹黄鱼醋烹鲫鱼红椒银鱼炆锅鳝鱼芹黄鱼丝酥油鱿鱼丝醋烹虾段蒜香皮皮虾香辣北极虾腐乳虾鲜虾茭白炒毛蟹柠檬姜汁炒牡蛎五谷丰登可口烧炖菜东北乱炖红焖小土豆酱土豆茄子炖土豆煎酿三宝栗子烧白菜玉兰片焖白菜栗子烩娃娃菜麻辣黄花菜油吃香菇西葫芦西葫芦烧皮蛋桃仁丝瓜酿苦瓜干烧萝卜酿扁豆腐黄金豆腐双菇豆腐家常烧豆腐八公山烧豆腐糖醋豆腐皮双菌南瓜排毒菌菇煲葱油草菇赛鲍鱼蒜焖花生冰糖炖木瓜莲子银耳炖雪梨鸳干肉加喱小排豆芽炖排骨芸豆竹笋焖仔排南瓜卤肉互枣煨肘秘制坛肉西香肉骨头里脊炖猪蹄火腿肉炖猪腰如喱牛腩茶香牛肉晤香牛肉慈姑焖牛肉金橘炖牛肉牛肉烧萝卜麻辣牛粒青豆家常牛蹄西红柿牛尾酱烧羊排红烩羊肉麻辣酱羊肉双冬扣羊腩五香羊肉丁养生茄汁羊肉辣椒油兔肉栗子焖鸡鲜栗炖鸡温馨沙锅鸡海参焖笋鸡飘香大盘鸡山药莲子煲乌鸡麻辣子鸡丁普洱茶焖凤爪香辣陈皮鸭冬瓜莲子炖鸭子酱仔鹅烧黑玉米浑汤冒鹅肠干烧鲤鱼干烧平鱼红烧带鱼炖带鱼酸菜炖鲫鱼西红柿柠檬炖鲫鱼鲶鱼炖茄子炆锅鱼豆瓣武昌鱼家常烧黄鱼炖干明太鱼蜜汁河鳗淮山百合炖鳗鱼黄瓜鳝段福运焖鱼干烧黄辣丁三杯鱿鱼怪味蟹面拖蟹红烧河蚌香酥煎炸菜蛋裹香椿芽姜醋菠菜脯麻辣脆皮蕨菜卷芦笋煎鸡蛋美味香脆椒怪味豆角松仁茄子脆皮茄子核桃仁土豆球啤酒炸藕酥嫩豆腐香酥豆腐煎豆腐椒盐炸豆腐香菇酱扒豆腐五色怪味豆腐赛烤鸭腊八豆煎鸡蛋虎皮蛋麻仁鸽蛋三丝蛋卷煎猪肉香煎排骨花椒炸排骨菜根蒜香骨猪柳扁豆卷翡翠芝麻里脊酸辣里脊酸辣排骨家常炸丸子猪肝丸子泡圆白菜煎猪肝干煎牛排橙汁小牛排蚝辣牛肉桑拿牛肉醋浸椒酿肉蒜香羊排.....第二章 爽口凉菜第三章 营养汤羹第四章 百变主食第五章 风味小吃第六章 花样饮品第七章 名地特色菜第八章 日常养生套餐

<<新版家常菜大全集>>

章节摘录

版权页：插图：

<<新版家常菜大全集>>

编辑推荐

《新版家常菜大全集》：1800余道精选健康家常菜。  
网罗程式菜点，家宴轻松搞定，懒人也能做好吃又易学。

<<新版家常菜大全集>>

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:<http://www.tushu007.com>