

<<懒人爱卤味>>

图书基本信息

书名：<<懒人爱卤味>>

13位ISBN编号：9787501951260

10位ISBN编号：7501951268

出版时间：2006-1

出版时间：第1版 (2006年1月1日)

作者：梁琼白

页数：95

字数：24000

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>

## <<懒人爱卤味>>

### 内容概要

对于工作繁忙的现代都市人来说，要想兼顾健康美味与轻松快捷，最重要的就是掌握“偷懒”的料理技巧。

“懒人”系列正是为现代人量身定做的、烹制方法简便又快速、省时又省事的食谱。

内容从食材选择、基本技能到炒制秘诀等，所有菜式调理方便、口味多元化，教会读者用最偷懒的方式，烹调出最营养的好味道。

书中更有健康与窍门等要点提示，即使是厨房新手也能轻松完成地道美味。

## &lt;&lt;懒人爱卤味&gt;&gt;

## 书籍目录

调制锅好“卤汤”卤味的制作要诀&卤汤的保存牛肉类 基础卤 卤牛腱 卤牛蹄筋 卤牛肚 变化吃 双椒牛腱 番茄焖牛腱 酱爆牛腱 牛肉大卷饼 蒜苗牛腱 麻辣牛蹄筋 红烩牛蹄筋 银萝牛蹄筋 椒麻牛肚 红油牛肚片 沙茶牛肚猪肉类 基础卤 卤猪肉 卤猪肠 卤猪肚 卤猪舌 卤猪蹄 卤肘子 变化吃 五香肉臊 回锅肉 肉袋烧饼 梅菜扣肉 红烧肉 烂焖肉 家常肠旺 猪肠米线 酸菜焖大肠 脆皮肥肠 烩茄肠 韭黄炒肚丝 酸菜肚丝 针菇拌肚丝 红油口条 酒酿蒸口条 蒜炒猪舌 五香蹄花 鱼香蹄花 花生猪蹄 蹄花面 黄豆蹄尖 红焖肘子鸡肉、蛋、豆干类 基础卤 卤鸡腿 卤蛋 卤豆丁 变化吃 小黄瓜拌鸡柳 鸡柳拌西芹 脆皮鸡腿 芥末鸡丝 手撕鸡 三色鸡丝 卤蛋沙拉 糖心卤蛋 卤蛋堡 魔鬼蛋 松柏长青 豆干肉丝 香芹豆干 茼蒿拌豆干综合类 卤鸭肫 拌五香 卤鸭翅 卤鸡翅 卤兰花干&素鸡 卤鸭舌 卤猪耳朵 卤猪血&天妇罗 卤鱿鱼 卤汁青菜 卤鸡爪 卤海带

<<懒人爱卤味>>

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>