

<<餐后应对爽口菜>>

图书基本信息

书名：<<餐后应对爽口菜>>

13位ISBN编号：9787503832758

10位ISBN编号：7503832754

出版时间：2003-1

出版时间：刘自华 中国林业出版社 (2003-01出版)

作者：刘自华

页数：204

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>

## <<餐后应对爽口菜>>

### 内容概要

《名厨打理绿色厨房：餐后应时爽口菜》主要包括：厨小常识、香炒海瓜子、西芹拌蟹柳、凉瓜拌蟹柳、川椒炆油麦、川椒炆凉瓜、香辣炆贡菜、尖椒魔芋丝、陈皮魔芋片、爽口姜汁鸡、豉椒拌干丝、腌洗澡泡菜、干贝扒菜心、鱼香土豆条等。

<<餐后应对爽口菜>>

书籍目录

司厨小常识香炒海瓜子西芹拌蟹柳凉瓜拌蟹柳川椒炆油麦川椒炆凉瓜香辣炆贡菜尖椒魔芋丝陈皮魔芋片爽口姜汁鸡鼓椒拌干丝腌洗澡泡菜干贝扒菜心鱼香土豆条家庭叉烧肉香菜水煮茄煮水晶猪手炸火鞭牛肉软炸明虾饼椒蓉拌腐竹过江菠菜鱼豆豉炒青椒椒麻拌海蛭香辣小咸菜香辣萝卜卷红根拌蚕豆香辣芹菜叶番茄烩豌豆蚕豆炒蟹柳香酥炸金糕盐水煮毛豆五香煮豌豆椒麻拌粉皮芥茉拌季豆香辣拌笋尖怪味花生米酱汁香辣豆瘦肉皮蛋粥米酒水果羹米酒百子羹酱瓜炒干丝季豆辣炒肉花仁肉皮冻凉瓜炆豇豆鱼香金蝉子孜然炒蚕蛹炸金银馒头.....

## &lt;&lt;餐后应对爽口菜&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 杏仁蒸水蛋 (3人份)制作此菜需要15分钟名橱心得 杏仁应以罐头装为宜,市场有售。

水蛋,又称“芙蓉蛋”,看起来很简单,但要想做好并不容易。

鸡蛋要与温开水搅拌均匀,否则水蛋宜起泡沫。

用料 1.鸡蛋5只,杏仁100克,黄瓜皮、胡萝卜共75克。

2.黄酒1茶匙,白糖1茶匙,鸡精1茶匙,精盐1茶匙,胡椒粉1/2茶匙,水淀粉1汤匙。

制作 1.鸡蛋打散,和温开水1/2杯同放碗中,搅拌均匀,盛放深盘中,蒸熟。

2.黄瓜皮、胡萝卜均切成1厘米见方的片,放入开水中稍烫,捞出。

3.锅烧热,放入烹调油适量,杏仁、黄瓜皮、胡萝卜同放锅中,稍炒,烹入黄酒,放入开水1/3杯和精盐、白糖、鸡精、胡椒粉,烧开,勾入水淀粉,烧稠,浇入蒸蛋盘中即可。

特点 此菜以鸡蛋为主要原料,佐以杏仁合制而成;色泽清新,爽目怡人,口感细嫩,入口软绵,清淡可口,食之不腻,为家庭休闲小菜难得之佳肴。

杏仁炒凉瓜 (3人份)制作此菜需要15分钟 杏仁以罐头产品为佳,市场有售;凉瓜,又称“南味苦瓜”,稍有苦味,应用开水稍烫,其色更绿;菜要旺火快炒,一气呵成,切勿呈“汤汤水水”样。

用料 1.凉瓜500克,杏仁100克,大蒜瓣6只。

2.黄酒1茶匙,白糖1茶匙,鸡精1茶匙,精盐1茶匙,胡椒粉1/2茶匙。

香油1茶匙。

制作 1.凉瓜收拾干净,切丝,放入开水中稍烫,捞出;大蒜剥净表皮。

切片;杏仁控干水分。

2.锅烧热,放入烹调油适量,蒜片下锅,稍炒,放入凉瓜、杏仁,烹入黄酒、白糖、鸡精、精盐、胡椒粉,旺火炒匀,淋入香油即可。

特点 此菜以南味凉瓜为主要原料。

佐以杏仁炒制而成。

色泽清新。

白绿分明,口感脆嫩,咸鲜回甜,稍有清苦,醇香味关,食不腻口,为家庭去火提神小菜难得之佳肴。

果味熘锅粩 (3人份) 制作此菜需要加分钟名月旨心镶手锅粩,即烩饭所剩的那层饭锅粩,晒制板干,市榜有售。

果味,在这里是指菜肴的口喙。

此菜原料是各种水果,汤汁宜浓,调味宜厚。

煮熟即食,否则锅粩易被泡软。

用,各 . . . 橘子瓣置5只,哈密瓜100克,菠萝片100克,葱姜蒜共10克,番茄酱重汤匙,锅粩3m克。

2.黄酒置汤匙,白糖2汤匙,醋重汤匙,鸡精工茶匙,精盐重茶匙,胡椒粉1/2茶匙,水淀粉重汤匙。

1.哈密瓜收拾干净,与菠萝片适当切成菱形片;葱姜蒜剥净表皮,切片;锅粩适当掰块。

2.锅烧热,放入烹调油适量,葱姜蒜下锅,炒出香味,放入番茄酱,稍炒,烹入黄酒,添入开水工杯,放入橘子、哈密瓜、菠萝片、葱姜蒜、番茄酱和白糖、醋、鸡精、精盐、胡椒粉,烧开,勾入水淀粉,烧稠即可。

3.油烧热些,锅粩下锅,待其炸至膨胀,色泽浅黄时捞出,放盘中,浇入味汁即可。

特点 此菜以米饭锅粩为主要原料,佐以“果味汁”合制而成;色泽红亮,汁浓味厚,口感酥脆,咸鲜适口,酸甜味美,食之不腻,为家庭饭后小菜少有之美味。

松仁炒鸡米 (3人份) 制作此菜需要加分钟名月昏心荫摹 松唇易炸糊,受热时间勿长;稍炸为宜;先把鸡胸肉切成粗丝,再顶刀切粒;菜要旺火快炒,一气呵成,切勿成“汤汤水水”样。鸡腿肉不宜制作此菜。

<<餐后应对爽口菜>>

用料 . 1. 鸡胸肉200克, 松仁75克, 胡萝卜和黄瓜皮共75克, 玉米粉1汤匙。

2. 黄酒1汤匙, 白糖1茶匙, 鸡精1汤匙, 精盐1茶匙, 胡椒粉1/2茶匙, 水淀粉1汤匙。

倒作 1. 鸡胸肉切粒, 和少许精盐、黄酒、玉米粉同放碗中, 浆匀; 胡萝卜削净表皮, 和黄瓜皮同切粒状; 把黄酒、白糖、鸡精、精盐、胡椒粉和水淀粉依次放入碗中, 对成味汁调匀。

2. 锅烧热, 放入烹调油200克左右, 鸡肉下锅, 划散, 放入松仁、黄瓜皮、胡萝卜, 即捞出; 余油倒出, 鸡肉等放入锅中, 烹入对好的味汁, 旺火炒熟即可。

特点 此菜以鸡胸肉为主要原料, 佐以松仁、黄瓜皮、胡萝卜合制而成; 色泽清新, 爽目怡人, 口感细嫩, 松仁酥脆, 咸鲜味美, 食之不腻, 为家庭小菜少有之佳肴。

.....

<<餐后应对爽口菜>>

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