

<<美味粥配小菜188道>>

图书基本信息

书名：<<美味粥配小菜188道>>

13位ISBN编号：9787506455732

10位ISBN编号：7506455730

出版时间：2009-5

出版时间：尚锦文化 中国纺织出版社 (2009-05出版)

作者：尚锦文化

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<美味粥配小菜188道>>

内容概要

《美味粥配小菜188道》为尚锦188系列之一，主地介绍各种书的做法。

## &lt;&lt;美味粥配小菜188道&gt;&gt;

## 书籍目录

粥熬好粥的窍门紫米粥 / 小米粥 / 二米粥棒(米查)粥 / 绿豆粥 / 红豆粥黑豆粥 / 花生红枣粥 / 莲子粥核桃粥 / 松子仁粥 / 蜜枣龙眼粥百合粥 / 枸杞粥 / 葡萄干粥胡萝卜粥 / 香菇粥 / 甘薯粥芋头粥 / 南瓜粥 / 萝卜粥丝瓜粥 / 葱白粥 / 生姜粥菠菜粥 / 芹菜粥 / 银耳粥腊八粥 / 干贝海带粥 / 排骨糙米粥皮蛋瘦肉粥 / 猪肝粥 / 状元及第粥香菜牛肉粥 / 生姜羊肉粥 / 干贝鸡丝粥鸭肉粥 / 蛋包粥 / 生滚鱼片粥五彩虾仁粥 / 鳝鱼粥 / 鲤鱼粥肉·禽肉禽烹饪窍门水晶肴肉 / 卤猪头肉蕨菜里脊丝 / 豆干青蒜炒肉片冬笋炒肉丝 / 茶树菇炒肉丝芥蓝炒瘦肉 / 毛豆红椒炒肉丝香辣肉丝 / 榨菜炒肉丝榄菜肉末四季豆 / 香辣肉末雪里蕻酸豆角炒肉末 / 酱肉豌豆清蒸成肉 / 莴笋炒成肉青蒜炒腊肠 / 香油红肠萝卜干炒腊肉 / 时蔬炒腊肉炒耳丝 / 五香猪舌牛蒡炒肚丝 / 五香牛肉卤拌牛肉 / 红油牛筋芹菜香干炒牛肉丝 / 沙茶牛肉豌豆炒牛肉 / 香菜炒牛百叶口水鸡 / 白斩鸡金针鸡丝 / 客家小炒棒棒鸡丝 / 竹笋拌鸡丝淋卤鸡心 / 辣拌鸡肫麻香鸡肫 / 红油凤爪五香凤爪 / 盐水鸭姜爆鸭丝 / 五香鸭脖泡椒鸭掌 / 蚝油鸭掌卤鸭翅 / 卤鸭肫山椒鸭舌 / 滑炒鸭舌蛋·豆制品蛋、豆制品烹调窍门皮蛋拌豆腐 / 五香茶叶蛋丝瓜毛豆炒鸡蛋 / 椿芽烘蛋芙蓉丝瓜 / 香椿拌豆腐豆干拌花生米 / 凉拌豆皮豆皮卷 / 凉拌腐竹蜜汁豆腐干伯卤豆腐干手拌云丝 / 家常豆腐番茄豆腐 / 油豆腐炒小白菜麻婆豆腐 / 尖椒炒豆皮四喜烤麸 / 红烧腐竹水产品水产品烹调窍门熏鱼 / 香糟鳗鱼三色鱼丁 / 香菇鳊鱼咸鱼萝卜干 / 葱烤鲫鱼五香带鱼 / 小鱼咸菜五香黄花鱼 / 干炸小黄鱼炒黄鳝丝 / 麻辣泥鳅豆豉鲢鱼 / 糖醋银鱼银鱼炒韭菜 / 油爆虾碧绿虾仁 / 豌豆虾仁青蒜炒河虾 / 鱿鱼炒芥蓝青蒜炒墨鱼仔 / 韭菜炒墨斗尖椒炒蛤蜊 / 凤脯炒螺片炒螺蛳 / 螺蛳炒韭菜蔬菜蔬菜烹调技巧凉拌豇豆 / 凉拌莴笋香辣甘蓝 / 辣炝黄瓜杭椒炒蟹味菇 / 盐水毛豆毛豆咸菜 / 盐水芸豆家常卤黄豆 / 卤水花生五香生仁 / 凉拌蕨菜五香蚕豆 / 炸香椿鱼卤汁茄子 / 蒜泥茄子卤水笋尖 / 红油笋丝炝双笋 / 木耳盐笋腐乳牛蒡 / 开阳丝瓜丝瓜炒毛豆 / 地三鲜香辣圆白菜 / 空心菜梗炒玉米粒蒜蓉西兰花 / 百合甜豆韭菜炒豆芽 / 菠菜粉丝清炒芦笋 / 雪菜春笋芥菜冬笋 / 葱爆木耳木耳烧山药 / 豉椒苦瓜蜜汁糯米藕 / 炒藕片干煸藕条 / 香干炒芹菜醋熘黄豆芽 / 香辣四季豆蒜香荷兰豆 / 松仁玉米三丁玉米 / 酸菜炒粉丝糖醋尖椒 / 葱油裙菜凉拌海带 / 三色蜇丝

## &lt;&lt;美味粥配小菜188道&gt;&gt;

## 章节摘录

粥熬好粥的窍门1熬粥最好选用一年一季的新米我国的大米一般分为一季稻、双季稻，熬粥以选择一年只产一季的大米为好，而且这种米最好也选用新米，这样熬出来的粥更清香。

2熬粥前要先浸泡迷煮粥前先将米用冷水浸泡半小时，让米粒膨胀开，这样熬出的粥更稠滑，而且熬起粥来更省时间。

3米要开水下锅很多人都习惯用冷水煮粥，而有经验的人却是用开水煮粥，水开后再放米。

用开水煮粥比冷水煮粥更省时间，而且不会出现糊底的现象。

4搅拌时要顺着一个方面搅煮粥之所以搅拌，是为了防止粥糊底，用开水煮粥就不会糊底了，为什么还要搅呢?这是因为搅拌可以“出稠”，使米粒饱满、酥稠。

搅动时要顺着一个方向搅，熬出的粥酥、口感好。

5火候：先大火、再小火米入锅后先用大火煮开，再转小火熬煮约30分钟，粥的香味便会慢慢产生。

6米与水的比例要把握好，一次加足水煮饭最忌减水，熬粥最忌加水，要将粥煮得浓稠适宜，就要掌握好比例。

一般来说，米与水的比例稠粥是1：10，稀粥是1：13。

7煮豆粥最省时的方法先把豆和米分别淘净，米放在盆里。

锅中水烧开后，放入豆子煮五六分钟，点入一碗凉水，可使浮在水面的豆子沉到锅底，再用小火煮五六分钟，豆子就能吃透水涨发起来。

这时锅里加足水大火煮，待豆子即将开花时放米，继续煮即可。

8煮菜粥或荤米粥时，粥底和其他材料分开煮煮粥时不宜将所有的东西一股脑全倒进锅里，应该粥底是粥底，料是料，分头煮、焯后，再放到一起熬煮片刻，而且熬煮的时间不要超过10分钟。

这样熬出的粥清爽不浑浊，每样材料的味道都熬出来，又不串味。

辅料为肉类及海鲜时，更应将粥底和辅料分开煮。

9在粥里滴几滴油，防溢又美味熬粥时稍不注意便会溢锅，如果往锅里滴几滴芝麻油，沸后把火弄小一点儿。

这样不管煮多长时间粥也不会外溢，而且会使成品色泽鲜亮，入口更鲜滑。

<<美味粥配小菜188道>>

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>