

<<7天学会家常主食>>

图书基本信息

书名：<<7天学会家常主食>>

13位ISBN编号：9787511331069

10位ISBN编号：7511331068

出版时间：2013-2

出版时间：中国华侨出版社

作者：李鹏 编

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>

## <<7天学会家常主食>>

### 内容概要

《7天学会家常主食(金版)》精选了900余款最家常、最为人们喜欢的主食，包括馒头、花卷、包子、饼、饺子、面条、米饭、汤圆、点心等。

全书分为烹饪方法介绍，面食，米饭、粥，中式小点，西式小点等五个部分。

材料、调料、做法面面俱到，烹饪步骤清晰，详略得当，同时配以彩色图片，读者可以一目了然地了解食物的制作要点，易于操作。

## <<7天学会家常主食>>

### 书籍目录

第一部分烹饪方法介绍 拌腌卤炒熘烧焖蒸烤煎炸炖煮煲烩 第二部分面食 向食 面粉的选购与初加工小知识 制作馒头的小窍门 制作面条的小窍门 和面的方法 包子的做法 汤圆和面的方法 饺子皮的做法 吃饺子的蘸料 手擀面的做法 冷面的做法 馄饨皮的做法 燕麦馒头 金银馒头 菠汁馒头 双色馒头 豆沙双色馒头 胡萝卜馒头 椰汁蒸馒头 吉士馒头 韭菜肉包 孜然牛肉包 洋葱牛肉包 莲蓉包 生肉包 菜心小笼包 香菜小笼包 腊味小笼包 鲜虾香菜包 燕麦花生包 燕麦豆沙包 燕麦奶黄包 秋叶包 京葱煲仔包 香芋包 蚝汁叉烧包 雪里蕻肉丝包 香菇菜包 .....

第三部分米饭、粥 第四部分中式小说 第五部分西式小说

## <<7天学会家常主食>>

### 章节摘录

版权页：插图：牛肉馄饨 材料 牛肉200克，葱40克，馄饨皮100克 调料 盐5克，味精4克，白糖10克，香油10克 做法 牛肉切碎，葱切花。

将牛肉放入碗中，加入葱花，调入调味料拌匀。

将馅料放入馄饨皮中央。

慢慢折起。

使皮四周向中央靠拢。

直至看不见馅料，再将馄饨皮捏紧。

捏至底部呈圆形。

锅中注水烧开，放入包好的馄饨。

盖上锅盖煮3分钟即可。

适合人群 一般人都可食用，尤其适合老年人食用。

专家点评 增强免疫 重点提示 制馅时加入少许水，牛肉吃起来就不会老硬。

孜然牛肉馄饨 材料 牛肉200克，葱40克，馄饨皮100克，孜然粉5克 调料 盐5克，味精4克，白糖10克，香油10克 做法 肉切碎，葱切花。

牛肉放入碗中，加入葱花、孜然粉，调入调味料拌匀。

将馅料放入馄饨皮中央。

慢慢折起，使皮四周向中央靠拢。

直至看不见馅料，再将馄饨皮捏紧。

捏至底部呈圆形。

锅中注水烧开，放入包好的馄饨。

盖上锅盖煮3分钟即可。

适合人群 一般人都可食用，尤其适合儿童食用。

专家点评 开胃消食 重点提示 牛肉馅料不要腌太久，否则葱会变烂而影响口感。

## <<7天学会家常主食>>

### 编辑推荐

《7天学会家常主食(金版)》由李鹏主编。

只要掌握了书中介绍的烹调基础、诀窍和步步详解的实例，不仅能烹调出一道道看似平凡、却大有味道的家常主食，还能够轻轻松松地享受烹饪带来的乐趣。

<<7天学会家常主食>>

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>