

<<正宗过瘾川湘菜>>

图书基本信息

书名：<<正宗过瘾川湘菜>>

13位ISBN编号：9787511331113

10位ISBN编号：7511331114

出版时间：2013-3

出版时间：中国华侨出版社

作者：杨尹 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>

## <<正宗过瘾川湘菜>>

### 内容概要

《正宗过瘾川湘菜(金版)》精选了川湘菜中深受大众喜爱的畜肉、禽蛋、水产、素菜、火锅等五大类几百道菜肴，款款经典，荤素并举，既有传统佳肴，也有创新菜式。各种做法兼顾，简单易学，老少咸宜，适合全家一年四季享用。书中将川湘菜一网打尽，在风味上别具一格，百变滋味尽在其中。所选的几百道菜例皆为家常菜式，详细介绍每道菜所用的材料、调料，烹饪步骤清晰，详略得当，同时配以分步图片详解，读者可以一目了然地了解川湘菜的制作要点，十分易于操作。即便你没有做川湘菜的经验，也能做得有模有样有滋味。

<<正宗过瘾川湘菜>>

书籍目录

川湘菜的基本烹饪技巧和方法 川菜常用调味料介绍 川菜常见味型的调制 川菜的烹调特点 热辣的四川火锅 湘菜的几种制作方法 湘菜的特色调味品 湘菜的特色 上篇 正宗麻辣川菜 麻辣蓄肉 蒜泥白肉 / 014 酱香烧肉 / 015 老醋泡肉 / 015 大盘肉 / 016 红油白肉 / 017 飘香白肉 / 017 一品水煮肉 / 017 飘香水煮肉 / 018 泼辣酥肉 / 018 赤笋炒腊肉 / 018 同安封肉 / 019 鱼香肉丝 / 019 醴陵小炒肉 / 020 豆豉肉末炒尖椒 / 020 筒子骨娃娃菜 / 020 四川熏肉 / 021 海苔冻肉 / 021 脆黄瓜皮炒肉泥 / 022 大头菜炒肉丁 / 022 酸菜小竹笋 / 023 回锅肉 / 023 酥夹回锅肉 / 023 酸豆角炒肉末 / 024 蒜泥肉片 / 024 咸烧白 / 024 杀猪烩菜 / 025 水煮肉片 / 025 大山腰片 / 026 剁椒腰花 / 026 醉腰花 / 027 水豆豉腰片 / 027 辣豆豉凤尾腰花 / 027 莴笋烧肠圈 / 028 青豆烧大肠 / 028 霸王肥肠 / 028 圣女果肥肠 / 029 爆炒肥肠 / 029 泡椒大肠 / 030 豆花肥肠 / 030 酸菜肥肠 / 031 香辣肠头 / 031 回锅腊肠 / 032 水煮腊肠 / 032 干煸肥肠 / 032 川味腊肠 / 033 眉州香肠 / 033 蒜汁血肠 / 034 酱蒸猪肘 / 035 霸王肘子 / 035 太白拌肘 / 035 麻辣沸腾蹄 / 036 烤酱猪尾 / 036 酱猪蹄 / 036 川辣蹄花 / 037 醋香猪蹄 / 037 泡椒霸王蹄 / 038 ..... 下篇地道醇辣湘菜

## &lt;&lt;正宗过瘾川湘菜&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：炖炖的基本方法是将原料经过炸、煎、煸或水煮等熟处理方法制成半成品，放入陶容器内，加入冷水，用旺火烧开，随即转小火，去浮沫，放入葱、姜、料酒，长时间加热至软烂出锅。

炖有不隔水炖和隔水炖。

不隔水炖，是将原料放入陶容器后，加调味品和水，加盖煮；隔水炖法是将原料放入瓷质或陶制的钵内，加调味品与汤汁，用纸封口，放入水锅内，盖紧锅盖煮。

也可将原料的密封钵放在蒸笼上蒸炖。

此类汤菜汤色较清，味鲜香原汁原味。

湘菜中有玉米炖排骨、墨鱼炖肉、肚条海带、清炖土鸡、淮山炖肚条等。

炸炸属于油熟法，是以油作为传热媒介制作菜肴的烹调方法。

炸、熘、爆、炒、煎、贴等都是常用的油熟法。

炸是以食用油在旺火上加热，使原料成熟的烹调方法。

可用于整只原料（如整鸡、整鸭、整鱼等），也可用于轻加工成型的小型原料（如丁、片、条、块等）。

炸可分为清炸、干炸、软炸、酥炸、卷包炸和特殊炸等，成品酥、脆、松、香。

蒸是以蒸汽为加热介质的烹调方法，通过蒸汽把食物蒸熟。

将半成品或生料装于盛器，加好调味品：汤汁或清水上蒸笼蒸熟即成。

所使用的火候随原料的性质和烹调要求而有所不同。

一般来说，只需蒸熟不需蒸烂的菜应使用旺火，在水煮沸滚后上笼速蒸，断生即可出笼，以保持鲜嫩。

对一些经过较细致加工的花色菜，则需要用中火徐徐蒸制。

如用旺火，蒸笼盖应留些空隙，以保持菜肴形状整齐，色泽美观。

蒸制菜肴有清蒸、粉蒸之别。

蒸菜的特点是能使原料的营养成分流失较少，菜的味道鲜美。

至今，蒸仍是普遍使用的烹饪方法。

湖南浏阳有蒸菜系列。

“剁椒蒸鱼头”更成为湘菜的代表菜，火遍全国。

焖焖是将经过油煎、煸炒或焯水的原料，加汤水及调味品后密盖，用旺火烧开，再用中小火较长时间烧煮，至原料酥烂而成菜。

焖菜要将锅盖严，以保持锅内恒温，促使原料酥烂，即所谓“干滚不抵一焖”。

添汤要一次成，不要中途添加汤水。

焖菜时最好要随时晃锅，以免原料粘底。

还要注意保持原料的形态完整，不碎不裂，汁浓味厚，酥烂鲜醇。

湘菜的焖制，主要取料于本地的水产与禽类，具有浓厚的乡土风味。

## <<正宗过瘾川湘菜>>

### 编辑推荐

《正宗过瘾川湘菜(金版)》中告诉你做川湘菜的秘诀，更为你提供丰富的烹饪常识，让你做得更加得心应手。

家常的食材，百变的做法，做正宗地道的川湘菜！

《正宗过瘾川湘菜(金版)》根据不同人群对膳食的不同需求，以直观的形式告诉你每道川湘菜的营养功效与适合人群，指导你为家人健康配膳，让你和家人吃得更合理、更健康。

不用去餐厅，在家里用简单食材就可以做地道正宗的川湘菜。

翻开《正宗过瘾川湘菜(金版)》，让全家尽享川湘菜的麻辣鲜香，越吃越上瘾。

<<正宗过瘾川湘菜>>

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>