

<<家庭营养快餐制作>>

图书基本信息

书名：<<家庭营养快餐制作>>

13位ISBN编号：9787532348237

10位ISBN编号：7532348237

出版时间：1998-11-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：茅建民

页数：258

字数：181000

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>

## <<家庭营养快餐制作>>

### 内容概要

本书主要介绍色香味俱全、营养又很丰富的快餐的用料和制作方法，还介绍了原料的加工方法、常用的刀工刀法、营养调配技术等，适合家庭使用。

## &lt;&lt;家庭营养快餐制作&gt;&gt;

## 书籍目录

基础知识 一、家庭快餐的制作方法 (一) 切配知识 (二) 烹调知识 二、家庭快餐制作中营养成分的保护 (一) 合理的营养配菜 (二) 烹饪对原料中营养素含量的影响 (三) 烹饪中减少营养素损失的措施美味菜肴 一、凉食类 清滋排骨 麻辣肚丝 速卤猪心 小拦鸡丝 快拌鸭肠 玛瑙咸蛋 盐水河虾 油爆大虾 炆食青螺 酸辣黄瓜 糖醋洋花萝卜 酱汁茭白 香椿拌豆腐 拌金针菇 卤香菇 脆鱼拌干丝 凉拌腰子 香菇拌虾仁 熟炆虎尾 炆笋 红卤仔鸡 熏鱼 凉拌豇豆 清拌海带 麻酱茄泥 葱油莴笋 皮蛋拌豆腐 清拌银芽 姜汁刀豆 蒜叶干张 虾米菠菜 二、肉食类 翡翠蹄筋 虎皮肉 咖喱牛肉 辣子羊肉 快炖狮子头 青白里脊 蚂蚁上树 小炒蹄筋 糖醋里脊 快炒肚丝 椒盐排骨 速炸肉片 生炒牛肉丝 葱爆羊肉 筒涮羊肉片 腐乳大排 干菜烧肠 栗子烧肉 回锅肉片 面包猪排 蟹粉蹄筋 炒里脊丝 家炒猪肝 家炒肥肠 家炒肉丝 家炒腰花 脆熘筒头 珍珠圆子 家常烧肉 土豆烧牛肉 面筋塞肉 啤酒冬瓜肚 白灼牛百叶 脆皮大肠 苹果里脊 三、禽蛋类 油浸仔鸡 炒菊红 红油鸡丁 白果煨鸡 扣三丝 银芽鸡丝 宫爆鸡丁 雪冬鸡片 椒盐凤翅 咖喱鸡块 香酥鸡腿 茄汁鸡翅 栗子烧鸡 葱油鸡丝 三丝炒蛋 虾仁胀蛋 香酥鹌鹑 卤虎皮蛋 清炖蛋 家炒鸡片 快熘仔鸡 豆苗炒山鸡 芥菜野鸭片 熟炆鸡翅 菜花烩鸽蛋 熘雀脯 清炸肫仁 酱爆鸡丁 干炸鸡块 铁扒鸡 烩鸭药羹 麻辣仔鸡 清蒸苹果鸡 香蕉鸡卷 四、水产类 五、蔬食类 六、甜食类 七、汤类 主食、小吃 一、饭粥类 二、面条类 三、蒸食类 四、饼类 五、小吃类 附录 小刀面制法

<<家庭营养快餐制作>>

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>