

<<私房菜>>

图书基本信息

书名：<<私房菜>>

13位ISBN编号：9787535651952

10位ISBN编号：753565195X

出版时间：2012-4

出版时间：湖南美术出版社

作者：陈志田 主编

页数：319

字数：100000

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>

## <<私房菜>>

### 内容概要

1000道滋味变化无穷的猪肉菜，给你1000种“大块吃肉”的超爽享受，无论是肥腻中透着清香的红烧肉、入口即化的蒸肉，还是油亮亮又下饭的炒肉、越嚼越香的腊肉，都会让你口水直流，让你的味蕾全面绽放，让你吃得心醉神迷。

《想吃肉(精选版)》(作者陈志田)精选1000道人人爱吃的猪肉菜，依做法不同分为红烧肉、蒸肉、扣肉、炒肉、腊味、猪肉大杂烩六大类，并将做猪肉的拌、炒、烧、蒸、卤等常用技法尽收其中，让你一次性通通学会。

《想吃肉(精选版)》从烹饪家庭化入手，讲究烹饪的易学、快速、经济，风味南北兼具，菜色花样迭出，能充分满足一家老小一日三餐之需。

同时，书中还涵盖5000多条健康烹饪常识，你可以依据名师的贴身指导快速成“菜”，也可以根据内容为家人合理搭配、健康配餐。

<<私房菜>>

作者简介

陈志田，国际烹饪艺术大师，中华名厨，国家高级烹调技师，国家高级营养配餐师，中国饭店业金牌大厨·亚洲蓝带白金五星级勋章

1977年生于河北省承德市丰宁县的中医世家，学历经济管理本科，现任北京名人美食保健协会理事，首都保健美食学会特约理事，荣获建国60周年酒店职业经理人国际精英论坛精英新锐大奖，担任第二届全国乡土菜大赛副秘书长，第二届搜厨国际烹饪大赛评委，中国饭店协会采购专业委员会评委，事迹录入《中国当代名厨》大师篇。

擅长官府保健菜，师承“唐朝药王”孙思邈第48代传人——孙耀祖先生，凭借多年的烹饪经验，将中医、官府菜、融合菜三者有机结合为保健菜系，倡导“以自然之道养自然之身”的健康理念，在我国美食界享有盛誉。

<<私房菜>>

书籍目录

烹饪方法介绍

红烧肉、蒸肉、扣肉

炒肉篇

猪肉大杂烩

辣味篇

## &lt;&lt;私房菜&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：1 豆制品的质量鉴别 豆浆：从色泽上看，优质豆浆呈乳白色或淡黄色，有光泽；稍次的为白色，微有光泽；劣质豆浆是灰白色的，无光泽。

从组织形态上看，优质豆浆的浆液均匀一致，浆体质地细腻，无结块，稍有沉淀；劣质豆浆有沉淀及杂质；劣质豆浆会出现分层、结块现象，并有大量沉淀。

从气味上闻，优质豆浆具有豆浆香气，无其他异味；稍次豆浆香气平淡，稍有焦糊味或豆腥味；而劣质豆浆有浓重的焦糊味、酸败味、豆腥味或其他不良气味。

豆腐干：豆腐干有方干、圆干、香干之分。

质量好的豆腐干，表面较干燥，手感坚韧、质细，气味正常（有香味）。

变质的豆腐干，表面发黏、发腐、出水，色泽浅红（发花），没有干香气味，有的产生酸味，不能食用。

掺假豆腐干表面粗糙，光泽差，如轻轻折叠，易裂，且折裂面呈现不规则的锯齿状，仔细查看可见粗糙物，这是因为掺了豆渣或玉米粉。

素鸡：质量好的素鸡色泽白，表面较干燥，气味正常，切口光亮，无裂缝、无破皮、无重碱味。

如果色泽浅红，表面发黏发腐，渗出水珠，有腐败味，说明已经变质。

油豆腐：好的油豆腐有鲜嫩感，充水油豆腐油少、粗糙；好的油豆腐捻后容易恢复原状，充水油豆腐一捻就烂。

腐竹：质量一般分为三个等级。

一级呈浅麦黄色，有光泽，蜂孔均匀，外形整齐，细且有油润感；二级呈灰黄，光泽稍差，外形整齐而不碎；三级呈深黄色，光泽较差，外形不整齐，有断碎。

用温水浸泡10分钟，好腐竹水色黄而清，有弹性，无硬结现象，且有豆类清香味。

2 豆类快速煮烂的窍门 豆类如果没有经过浸泡很难点透，建议可先将配比为1：3的豆类与水一起煮，待冷却后放入冰箱冷冻库2小时左右，取出后水表层会出现些许结冰现象。

此时再将锅放存煤气炉加热，水与豆类受热程度小同，温度变化可让豆类约20分钟后就煮烂。

3 豆类防虫的妙方 沸水消毒法：取平口蒸锅一只，内盛半锅清水煮沸备用。

用小竹篮盛上刚买来的各种豆类，如红小豆、绿豆、蚕豆、豌豆等，浸入沸水30分钟，并不断用筷子搅拌即可杀死各类虫蛹。

然后，迅速取出并浸池在放满冷水的搪瓷盆内过滤。

完成上述操作后，将豆类晾干、晒透，装入密封干燥的容器内便不再生虫。

大蒜防虫法：进入春季后，豆类容易生虫，若在存放豆类的密闭容器内放入几瓣带皮的大蒜，可使豆类三个月内不生虫。

<<私房菜>>

编辑推荐

《私房菜:家常豆类菜(精选版)》精选1000道豆类蔬菜和豆制品菜,拌炒烧蒸,任你挑选。豆类菜清爽脆嫩、豆制品嫩滑软烂,滋味诱人,天天享口福。300道美味豆类蔬菜+700道营养豆制品菜,让你吃得美味,吃得舒畅。名师名厨联手打造,多样美食、均衡营养,震撼低价、超值回馈。

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>