

<<家常主食-家庭烹饪教室>>

图书基本信息

书名：<<家常主食-家庭烹饪教室>>

13位ISBN编号：9787538146370

10位ISBN编号：7538146377

出版时间：2006-9

出版时间：辽宁科技出版社

作者：张奔腾 编

页数：152

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>

## <<家常主食-家庭烹饪教室>>

### 内容概要

“家庭烹饪教室”系列丛书包括《爽口凉菜》、《营养素菜》、《鲜香肉菜》、《美味海鲜》、《滋补靓汤》、《家常主食》等六个分册。

整个系列力求通俗易懂，南北皆宜，操作简便，适宜家庭。

为了便于学习掌握，每册开篇均依据原料性质和制作技巧附以相关的烹调基础知识，并配有精美菜点图片供您对照检验自己的学习成果。

“清中求鲜，淡中求美”，美食的真正内涵在于食材普通和大众认同。

本书的特点之一就是选择普通食材为大众服务：特点之二是将传统烹饪与现代科技相结合。

推陈出新，以适应现代家庭生活的需求。

本书是烹饪名师们集体创作的结晶，旨在让餐馆里的美食走进家庭，教您做好一日三餐。

## <<家常主食-家庭烹饪教室>>

### 作者简介

张奔腾，1974年入厨学艺。

师从著名烹饪大师刘敬贤。

精通辽菜，旁通川、粤、鲁、淮扬等菜系。

参与研制“速冻家宴”、“鹿鸣宴”、“大帅府宴”、“满汉全席精选筵”等68种佳宴，获“筵席设计一等奖”。

主编《中式烹调师》、《新派辽菜》、《创新东北菜》、《北方家常菜谱》、

## <<家常主食-家庭烹饪教室>>

### 书籍目录

上篇 基础知识 1. 怎么和冷水面团（用于煮、烙、煎、炸制品的制作）？

2. 怎么和温水面团（用于花色蒸饺和各种饼的制作）？

3. 怎么和热水面团（用于烧麦、蒸饺、锅贴、薄饼等的制作）？

4. 如何和发酵面团（用于馒头、花卷、大包子等的制作）？

5. 如何鉴别发酵面团的发酵程度？

6. 如何给发酵面团下碱？

7. 蛋泡面（制作蛋糕）如何调制？

8. 蛋液和面的操作要点是什么？

9. 如何和油酥面团（制作炸、煎、烤食物）？

10. 如何制作成味馅？

11. 怎样制作肉馅才鲜香？

12. 为什么调馅时要把油倒在葱花上面？

13. 家庭常用的烹饪技法有哪些，有哪些注意事项？

14. 如何焖出一锅香喷喷的米饭？

15. 如何煮出一锅美味的米粥？

16. 怎样炸元宵不“放炮”？

17. 怎样煮鸡蛋，既好剥皮，又不损失营养？

18. 本书中的“小匙”和“大匙”各代表多少克？

下篇 精品主食 海带绿豆粥 丝瓜粥 桂圆赤豆粥 百合杏仁粥 猪肝瘦肉粥 肝泥粥 鱼片粥 鸭梨糯米粥 奶香绿豆粥 果脯莲子黑米粥 皮蛋瘦肉粥 叉烧粥 排骨粥 蘑菇鸡粥 南瓜粥 海蛎粥 猪肉芹菜粥 红枣莲子粥 猪脚花生粥 八宝粥 奶味水果粥 花生红枣粥 枣莲三宝粥 芝麻红糖饼 萝卜丝饼 手抓饼 咸蛋香芋饼 滑酥糖饼 咸蛋糯米饼 三鲜烩饼 风味糖饼 香麻薯仔饼 红枣白术烤饼 肉酥饼 鸡蛋蛎黄焖饼 乡村馅饼 糖酥饼 香葱紫金饼 素馅烧饼 手撕饼 双丝芝麻饼 三鲜发面饼 叉烧酥饼 台湾老婆饼 潮州小酥饼 油酥饼 桂圆饼子 风味烤饼 麻酱饼.....

## <<家常主食-家庭烹饪教室>>

### 章节摘录

书摘11.怎样制作肉馅才鲜香? 肉馅鲜香的主要原因在于使用的肉、调料和调制技巧上,用猪夹心肉馅相对嫩一些,肉馅的嫩度主要体现在吃水量上,用水适当口感则嫩。

肉馅的鲜香味主要是与调料的配比相关,如用500克的肉,需配调料的量为:盐20克,酱油20克,味精10克,花椒1克(花椒油也可),姜5克,葱花50克,水300~800克,调制出的肉馅就比较鲜、香、嫩了。

12.为什么调馅时要将油倒在葱花上面? 因为葱切好后,葱油挥发性强,拌到馅内在盐的渗透作用下,使葱里的水渗出,同时葱油挥发产生气味,这种气味是人们不喜欢的,为了改变这些不足,只有把油倒在葱花上,使葱花表面被油包围,与空气隔开,抑制盐的渗透,这样才能更好地发挥葱在馅中的作用。

13.家庭常用的烹饪技法有哪些,有哪些注意事项? (1)蒸 蒸是利用水蒸气导热,使制品生坯成熟的一种加热方法。

在面点工艺中用途较为广泛。

注意:蒸制时,首先要注意火大汽足,避免中途添水;其次,要掌握好蒸制时间;制品成熟后要及时下屉或松动一下,以免粘在屉上。

(2)煮 煮是利用水加热后产生的热能,通过对流的方式导热,使制品生坯成熟的一种方法。

注意:一是水烧开并搅动后制品再下锅,可防止粘底或互相粘连。

二是水面要宽,并保持“沸而不腾”,以利制品成熟和形态完美。

有些制品应反复加入少量冷水,并保持水质清洁。

三是掌握好成熟度,成熟后马上出锅,防止制品煮得过软。

(3)炸 炸是指用多量的油将制品生坯浸入其中加热成熟的一种方法。

注意:一是火力不宜过大;二是根据制品需要掌握好油温。

P015插图

<<家常主食-家庭烹饪教室>>

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>