

<<家常凉菜>>

图书基本信息

书名：<<家常凉菜>>

13位ISBN编号：9787538439137

10位ISBN编号：7538439137

出版时间：2008-10

出版时间：吉林科技

作者：健康生活图书编委会

页数：255

字数：256000

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>

## <<家常凉菜>>

### 内容概要

做家常菜，寻厨艺乐趣，聊家常事，品生活真味，使人们在繁忙的工作之余，尽享美食生活中轻松与快乐。

美食来自身边再简单的食物，本书精选全国特色家常凉菜363例，超级实用5种快速查找方法，分布详解菜例操作全过程。

全书深入浅出、通俗易懂。

是您日常饮食的绝好助手！

## &lt;&lt;家常凉菜&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 水产类 油爆鱼 腐乳鱼条 茄汁鱼块 鱼松 腌香辣针鱼 京葱拌银鱼干 银丝三文鱼  
 珊瑚黄鱼 五香瓦块鱼 拌鱼片 熏五香鱼 熏草鱼 熏鲤鱼 熏白鱼 熏墨斗 凉拌鱼皮 五彩拌  
 鲍丝 鱼沙拉 腌明太鱼丝 熏鲑鱼 橘香鱼条 生熏白鱼 酱泥鳅 拌墨斗鱼 酱酥鲫鱼 酱鱿鱼  
 黄酒鱼扇 豆豉鱼冻 豆板虾仁 卤虾豆腐条 水晶虾仁 盐水虾 醉虾 醉基围虾 虾干拌西芹  
 荷兰豆拌蟹柳 蟹肉卷 酱螃蟹 三色拌鸟贝 北极贝拌西芹 翡翠拌蚬子 姜末拌海螺 香菜拌  
 海螺 葱辣大虾 枸杞拌螺片 拌蜇皮 彩色海蜇丝 海蜇萝卜丝 芹末蜇丝 芝麻海带结 五香海  
 带丝 酥鲫鱼海带 海带拌粉丝 腌海带丝第二章 豆制品类 海拌红白绿 卤水豆腐鸡蛋 卤素鸡  
 豆腐 卤素鸡 腐乳汁豆腐松 咸鸭蛋拌南豆腐 松花蛋拌豆腐 油盐豆腐 花生米拌豆腐干 豆腐  
 干拌芸豆角 玛瑙豆腐 海米拌干豆腐 小葱拌豆腐 水晶豆腐 枸杞拌豆腐 卤虎皮豆腐 老汤卤  
 豆腐丝 香椿拌豆腐 油卤豆腐 糟豆腐 肉末拌豆腐 香十拌芹菜叶 海带炆腐竹 葱油腐竹 香  
 干拌马兰头 香干拌核桃丁 香干拌野菜 甜酱拌豆腐 老汤豆腐丝 熏干豆腐卷 海米拌干豆腐  
 熏豆腐卷第三章 蔬菜类 泡酸辣萝卜皮 酱红干 甜辣萝卜 胡萝卜拌青笋 金银丝 咖喱萝卜块  
 泡胡萝卜 朝鲜辣萝卜 腌红白萝卜丝 怪味萝卜 花生萝卜条 白菜心拌干丝 五味拌菜 高级  
 什锦酸菜 锦州小菜 酱汁什锦白菜 珊瑚白菜 甜酱八宝菜 酱八样 酱什锦菜 黄瓜拌猪心 黄  
 瓜拌梨丝 酸辣黄瓜条 蜜汁小黄瓜第四章 肉类第五章 蛋类第六章 水果类附录索引

<<家常凉菜>>

章节摘录

插图：第一章 水产类油爆鱼  
操作时间：30分钟  
材料估价：20~22元  
原料：乌鱼1尾（约500克）。  
调料：酱油2小匙，五香粉2/5小匙，白糖1小匙，料酒2小匙，大葱10克，鲜姜5克，精盐2/5小匙，味精1/5小匙，植物油1000克（实耗约40克）。  
做法：1 将乌鱼收拾完后切成鱼片；大葱切成细末；鲜姜切成细末。  
2 将锅中倒入植物油，投入葱末和姜末，倒入酱油、料酒、白糖、五香粉和精盐。烧开后加入味精炒匀。  
3 将锅中倒入植物油，油烧六七成热后，将鱼片逐片放入锅中炸，炸至金黄色时捞出，立即浸入烧好的调味汁中，晾凉。

<<家常凉菜>>

编辑推荐

《家常凉菜(全彩版)》由吉林科学技术出版社出版。

<<家常凉菜>>

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>