

<<禽蛋豆制品家常菜>>

图书基本信息

书名：<<禽蛋豆制品家常菜>>

13位ISBN编号：9787538450729

10位ISBN编号：7538450726

出版时间：2011-2

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾，张恩来 编

页数：255

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>

## <<禽蛋豆制品家常菜>>

### 内容概要

随着社会的发展，人们消费理念的转变，过去那种贸易市场的消费正在被超市化的形式所取代。生鲜超市以其物美价廉、品种繁多、分档精细、选购方便、安全卫生的优点，深受广大消费者欢迎。逛超市，如今已成为一种现代的休闲时尚。

本套图书最大的特点就是结合生鲜超市的原料细化，分别介绍其原料知识及烹调方法，将采购指南、营养指南与烹饪指南融会贯通，以彰显其价值。

本系列图书分为“蔬菜食用菌家常菜”、“猪牛羊肉家常菜”、“禽蛋豆制品家常菜”、“鱼虾蟹贝家常菜”，以160余种家庭常用的食材为构架，以原料性质为分类方式，在讲解原料营养分析、食疗功效、放心选购、安全储存、烹调应用、烹调提示及实用偏方的同时，按照不同原料的特性，分别推荐52款不同口味、不同技法的家庭常用菜例，将营养保健、科学膳食的理念融入其中。

全套图书共推荐了1500余款菜例，并且针对经典菜例，加以分步图解，让您易学易懂、一看就会。您可按需寻料、按料索菜、按菜选做，方便实用。

## <<禽蛋豆制品家常菜>>

### 作者简介

张奔腾，中国烹饪大师、饭店与餐饮业国家一级评委、中国管理科学研究院特约研究员、辽宁创新菜联盟主席。

1987年起参与和主编图书150余部，并在杂志和报刊上发表论文及创新菜品200余篇。

2002年11月分别被国际饭店与餐馆协会和中国饭店协会授予“国际烹饪艺术大师”、“国际美食评委”荣誉称号；2003年成为“国际印证行政总厨”；2004年被评为“中国饭店优秀职业经理人”；2005年7月被授予“博士学位”；2006年3月被选为中国餐饮业专家；2007年2月获中国饭店经理人网颁发的“特别荣誉奖”；2008年1月被评为“辽宁省十佳饭店职业经理人”。

张恩来，20世纪80年代正式进入餐饮行业，在多家星级酒店如喜来登大酒店、水晶宫饭店、中华御膳集团工作，并陆续在多家报刊杂志上发表了数十篇关于中国烹饪研究的论文。

1996年在北京成立张恩来美食工作室，对中国的传统烹饪文化进行深入挖掘、整理和研究，并开始出版关于中国烹饪方面的书籍。

2006年回到天津，成立厨艺斋工作室，继续从事中国烹饪文化的研究及培训教研工作，至今已参与和主编烹饪类图书100余种。

## &lt;&lt;禽蛋豆制品家常菜&gt;&gt;

## 书籍目录

家常菜 禽类面面观 禽类的营养价值 圈养家禽与散养家禽的区别 识别活禽质量的窍门  
 识别光禽质量的窍门 识别冻禽质量的窍门 禽类宰杀步骤 禽类褪毛小窍门 禽类开膛  
 的方法 整禽去骨的方法 禽类的主要部位及烹调特点 禽类选购需谨慎 禽老嫩肥巧鉴别  
 宰杀时间巧鉴别 禽肉除血防腥的技巧 沙锅炖禽营养高 烧烤类禽肉不宜常食 鸡肉的  
 烹饪知识 土鸡·肉鸡·子鸡·母鸡 公鸡、母鸡食疗各不同 去鸡肉腥  
 味的技巧 鸡肉与鸡汤的比较 炖鸡的技巧 切鸡肉的窍门 为什么鸡尖不能吃 炸鸡肉  
 的技巧 炖老鸡肉的技巧 田啤酒烧鸡味美的技巧 烹调鲜鸡放花椒大料的技巧 快速炖鸡  
 的技巧 炖鸡脱骨的技巧 炸鸡排的技巧 蒸鸡的技巧 鉴别鸡肉生熟的窍门 鸡汤不放  
 盐味道不清鲜 洗鸡肫的窍门 煮白斩鸡的技巧 老母鸡吊汤的技巧 鸡汤进补并非人人皆  
 宜 鸡肉比畜肉更鲜嫩 产妇不宜食用炖老母鸡 鸭肉的烹饪知识 鸭子选购有窍门 拔鸭  
 毛的诀窍 多吃点鸭肉好 选购填鸭的窍门 选购板鸭的窍门 洗洁精快速拔鸭毛的技巧  
 去鸭腥味的技巧 炖老鸭肉的技巧 美味烤鸭加热法 煮板鸭的技巧 不应常食烟熏和烘  
 烤鸭肉 鹅肉的烹饪知识 鹅肉的选购窍门 去鹅毛的窍门 鹅肉的保鲜与储存 鹅肉的营  
 养功效 食用鹅肉的禁忌 鹅肠的选购及处理 中医食疗小偏方 鹅肝—人体保健佳品 蛋  
 类的烹饪知识 土鸡蛋和鸡场蛋的不同 吃鸡蛋学问多 6种鸡蛋吃不得 蒸煮鸡蛋营养价  
 值高 煮鸡蛋的小窍门 巧切白煮蛋3法 煮鸡蛋不宜用凉水冷却 煮蛋不熟危害大 巧  
 煮裂纹咸鸭蛋 蛋羹蒸制小窍门 炒鸡蛋的技巧 炒鸡蛋不放味精的技巧 煮荷包蛋的技巧  
 煎荷包蛋的技巧 煮茶蛋的技巧 巧切松花蛋 快速加工咸蛋的窍门 豆制品的烹饪知识  
 豆制品的放心选购 豆腐巧贮存 豆制品的食疗功效 传统豆腐营养佳 洗豆腐不碎的  
 窍门 除豆腐泔水味的窍门 除豆腐腥气的窍门 豆腐巧搭配,营养更丰富 炒豆腐的技  
 巧 豆制品虽好,但不可多吃鸡肉鸭肉鹅肉鹌鹑·鸽子蛋类豆制品

<<禽蛋豆制品家常菜>>

章节摘录

插图：插图：

<<禽蛋豆制品家常菜>>

编辑推荐

《禽蛋豆制品家常菜》：生鲜超市，细节指南。

<<禽蛋豆制品家常菜>>

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>