

<<靓汤王>>

图书基本信息

书名：<<靓汤王>>

13位ISBN编号：9787538871951

10位ISBN编号：7538871950

出版时间：2012-10

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：陈志田 编

页数：383

字数：150000

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>

<<靓汤王>>

内容概要

一碗家常滋味的靓汤，采用了无可替代的天然养生烹饪法，清爽健康、营养丰富。自己动手煲制出的汤既精细又鲜醇，是滋养健康的最佳补品。爱生活，爱自己，从品味靓汤开始。

本书是您进入靓汤烹饪世界的最佳选择。书中精选600道滋补靓汤，由国际烹饪大师、中华名厨陈志田倾情示教，将各类食材、不同烹调方法的美味靓汤尽收其中，按食材分为素菜汤、畜肉汤、水产汤等五大类。本书让您再也不用为煮什么汤而伤脑筋！您可以轻轻松松做出色、香、味俱全的好汤，让家人都沉浸迷恋在汤的好滋味当中！

<<靓汤王>>

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。

<<靓汤王>>

书籍目录

序言
煲汤常识
健康素菜汤
美味畜肉汤
营养禽蛋汤
鲜美水产汤
甘润甜品汤

<<靓汤王>>

章节摘录

版权页：插图：1猪肉的鉴别（1）母猪肉、公猪肉的鉴别皮：母猪肉的皮一般较厚，皮面上的毛眼比正常猪大，特别是臀部皮上有大如米粒、小象芝麻粒的凹穴（俗称沙眼），小腿皮皱褶。

肌肉：正常的肌肉呈粉红色。

母猪肉则呈暗红色。

母猪肉弹性差，肌肉纤维比较粗糙，不细腻。

脂肪：母猪肉脂肪呈青白色，比较坚硬，没有弹性，用手捏时发出“嘎吱”声响。

皮与皮下脂肪不连，常可见皮与皮下脂肪分裂。

有的母猪皮与皮下脂肪之间的薄层脂肪呈粉红色，即俗称的“母猪红线”。

肌肉：公猪的肌肉，特别是颈部和臀部呈暗红色，无光泽，肌肉纤维粗糙，有时有特异刺鼻的臊臭气。

脂肪：如用刀垂直横切肩胛骨正中部或附近的皮肤和脂肪，可感觉刀切阻力较大，切开后可见脂肪颗粒较大，且边缘结缔组织较多，整个脂肪层呈网状结构。

（2）米猪肉的鉴别在活动肌肉处的肉中分布着一层如豆粒大小的半透明小泡，呈白色，此即猪囊虫体，这就是人们通常所说的米猪肉。

2牛、羊肉的鉴别（1）牛肉的鉴别黄牛肉肉质较为坚实，肥度中等以上的牛肉通常切面呈大理石纹状，肌肉呈棕红色，结缔组织为白色，脂肪为淡黄色或深黄色。

经育肥的健康牛，肉呈暗红色，肉质较为粗硬。

老公牛肉色呈暗红色并发微青，肌肉粗硬而坚韧，肌间脂肪少。

小公牛肉呈淡红色或红色，脂肪较少，营养价值及风味不如成年牛肉。

老乳牛肉色浅，肉纤维粗，肉中含水量少，脂肪少而呈柠檬色。

肉牛牛肉色呈深红，肉质软，结缔组织少，脂肪呈淡黄色，肉味鲜美。

水牛肉呈暗深红色，肉纤维粗而松弛，切面光泽明显并带紫色光辉，脂肪呈白色，干燥而黏性小，肉不易煮烂，肉质差。

（2）羊肉的鉴别绵羊肉肉质较山羊肉坚实，色呈暗红，肉纤维细而软，肌肉很少夹杂脂肪。

经育肥的绵羊，肌间有白色脂肪，脂肪较硬而脆，绵羊肉及脂肪均无膻味。

山羊肉呈较浅的暗红色，年龄越大的山羊肉色越深。

其皮下很少有脂肪，唯腹部较多。

山羊肉及其脂肪均有明显的膻味，膻味的主要成分是低分量的挥发性脂肪酸。

3畜肉制品的鉴别（1）火腿的鉴别特级腿：只重2.5~4公斤，皮平正，脚爪细，腿心丰满，油头小，无裂缝，式样美观、整洁。

一级腿：只重2.5~4.5公斤，样整洁，油头小，无虫蛀或鼠咬。

二级腿：只重2~5公斤，腿脚较粗，皮稍厚，味稍咸，式样整齐，无虫蛀或鼠咬。

三级腿：只重2~5公斤，腿脚粗，刀工粗糙，稍有异味和轻微的虫鼠。

四级腿：只重1.5~5公斤，有异味，脚粗皮厚，骨外露，式样差，肉色深，有虫蛀及鼠咬，但不严重。

五级腿：大小不一，有异味，式样差，味咸，腿面发黏，有严重的虫鼠咬过现象。

（2）咸肉鉴别外观：完整清洁，刀工整齐，肌肉坚实，肥膘多，肉面无毛、无霉菌及污物者为佳品。

色泽：皮呈苍白色，瘦肉呈红色或玫瑰红，肥膘为白色或微带黄色为优品。

口味：咸味适中，口感舒畅，无苦涩味、麻味者为佳品。

<<靓汤王>>

编辑推荐

精品膳食系列，靓汤王中王。

滋补、养人、味道鲜美、健康养生。

最滋补、最好喝的靓汤都在这里,精选食材、用心煲煮，给家人送去最贴心的呵护。

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>