

<<拿手家常菜>>

图书基本信息

书名：<<拿手家常菜>>

13位ISBN编号：9787543662148

10位ISBN编号：7543662140

出版时间：2012-3

出版时间：青岛出版社

作者：天天饮食栏目组丛书编委会

页数：189

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>

## <<拿手家常菜>>

### 内容概要

4条烹制技巧、22道爽口蔬菜、16道美味肉菜、19道鲜香水产、14道好吃蛋类、16道营养主食、15道滋补汤羹。

《拿手家常菜》内容丰富而全面，除提供菜品的原料、调料和详细做法外，还附上清晰的步骤图，并为您细细分析每道菜的特点、营养功效、操作要点，提供更多提升厨艺的方法和相关知识的链接。部分菜品提供一至数个扩展的菜品，或从原料扩展，或从烹饪方法扩展，帮助您举一反三，迅速提升厨艺。

<<拿手家常菜>>

书籍目录

1 4条烹制技巧

常见食材的洗切妙招

常见食材的保鲜方法

这样烹调，食物更营养美味

巧用常见调味品

2 22道爽口蔬菜

醋熘脆白菜

核桃仁扒白菜

鸡丝白菜

炝拌琥珀笋

凉拌莴笋丝

爽口芥蓝

珊瑚萝卜

青蒜萝卜丝

回锅胡萝卜

栗子烩娃娃菜

灰树花炒丝瓜

蒸什锦

农家素时蔬

玉米粒炒菜花

芦荟玉米粒

芒果烧茄子

腰果爆茄丁

兰花烧双菇

椰汁素烩

素炒鱼香肉丝

鲜菇炒豌豆

鲍汁杏鲍菇

3 16道美味肉菜

家常叉烧肉

家常炸丸子

金玉红烧肉

蒜香盐煎肉

酒香肉骨头

秘制肘子

韩式牛肉串

口蘑蒸羊肉

配餐：双米芝麻粥

祥和羊肉煲

五彩鸡肉串

酸甜棒棒鸡

酸沙凤爪

粽香黄米鸡

烟熏酱鸡脖

韭香鸭血

<<拿手家常菜>>

4 19道鲜香水产

鲜柠巧妇鱼  
秘制鲈鱼  
酱烧鲳鱼  
咖喱鱼头  
椒麻鱼腰  
酥鲫鱼  
家常炖带鱼  
家常啤酒鱼  
芝麻海苔酥黄鱼  
鲜花生烧黄鱼  
鲇鱼炖茄子  
粉蒸鲇鱼  
草莓酸沙虾球  
枸杞芝麻虾  
蒜薹炒河虾  
梅子酱烧蟹  
黑胡椒蟹  
烤奶油蟹  
米酒蒸螃蟹

5 14道好吃蛋类

冷蒸蛋  
姜醋菠菜蛋脯  
当归蛋  
蛤蜊蒸蛋  
金光灿烂  
虎皮蛋  
水煎鸡蛋  
鱼丸鸡蛋羹  
西红柿炒鸡蛋  
嫩姜洋葱拌松花  
杭椒松花  
醋熘琥珀蛋  
川百合鸽蛋汤  
冬瓜鸽蛋汤

6 16道营养主食

红酒洋葱牛肉饭  
泡菜素炒饭  
时蔬米饼  
麻酱鸡柳米汉堡  
鸡肉菠菜粥  
配餐：葱油豆腐丝  
口蘑鳝鱼面  
番茄虾仁面  
豆浆凉面  
自制四川凉面  
蒜虾干烧面

<<拿手家常菜>>

金玉饺子

杂粮菜盒子

麻什

四喜饺

虾仁蒸饺

7 15道滋补汤羹

南瓜露

苦瓜腐皮汤

排毒菌菇煲

双菇木耳汤

平菇豆腐汤

骨菇汤

青柠木瓜煲排骨

杏仁盖菜煲排骨

棒骨莲藕汤

家常牛肉酱汤

水煮什菌羊肉

土鸡红枣桂圆汤

百合草鸡汤

金菇海鲜酱汤

奶油鳕鱼汤

<<拿手家常菜>>

章节摘录

插图：

<<拿手家常菜>>

媒体关注与评论

十年之前，一群电视人怀着对生活的热爱，开始了对饮食服务类节目的探索。

于是，在央视的屏幕上，多了一个叫《天天饮食》的节目。

十年之间，《天天饮食》就像一个蹒跚学步的孩子，经过不断地尝试和努力，终于找到了一条自己的道路——做家常菜，聊家常事，寻厨艺乐趣，品生活真味。

——中央电视台社教节目中心副主任（天天饮食）栏目总监制

<<拿手家常菜>>

编辑推荐

《拿手家常菜(普通版)》：蔬菜·肉蛋·水产·主食·汤羹，教您手到擒菜，经典菜品汇聚，名厨现场献技！  
逐渐演示烹饪过程。

<<拿手家常菜>>

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>