

<<烹饪妙招>>

图书基本信息

书名：<<烹饪妙招>>

13位ISBN编号：9787543662162

10位ISBN编号：7543662167

出版时间：2012-3

出版时间：青岛

作者：《天天饮食》栏目组丛书编委会 编

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>

<<烹饪妙招>>

内容概要

《天天饮食》是中央电视台1999年2月22日推出的一个以介绍做菜方法、畅谈做菜体会为主要内容的，集知识性、趣味性、服务性为一体的栏目，节目播出十年来，本着服务大众的原则，栏目组为了适应观众的需求不断摸索，在节目的表现形式上不断尝试和创新。

《烹饪妙招(普及版)》是“天天饮食十年典藏”系列中的一本，精选了节目中数百道经典家常菜，做法简单易学，每道菜的营养成分一目了然。

<<烹饪妙招>>

书籍目录

1 妙招205条 轻松玩转厨房（美味示范77道）

食材选购

如何挑选猪肉

土豆肉卷

如何识别注水猪肉

松香里脊

如何识别

含“瘦肉精”的猪肉

凤梨肉

蒜子肉片

如何挑选猪蹄

如何选购香肠

如何选购猪肚

如何选购猪心

如何识别新鲜腰子

如何挑选新鲜的猪肝

春笋炒肝

芹菜炒猪肝

如何选购火腿

金腿千千结

如何选购不同质地的牛肉

蒜片牛肉

尖椒炒牛肉

川味牛柳

如何挑选羊肉

锅烧羊肉

孜然羊骨

铁锅羊肉

如何选购鲜鸡肉

如何识别注水鸡鸭肉

如何挑选白条鸡(净鸡)

如何选购鸡肝和鸭肝

三杯鸡

煎胗肝

干葱萝卜鸡

如何挑选新鲜鸡蛋

香椿鸡蛋饼

如何辨别各种鸡蛋

如何挑选咸鸭蛋

如何选购松花蛋

如何选购鲜鱼

秘制水煮鱼

清蒸鱼

如何选购冻鱼

一品蒸黄鱼

<<烹饪妙招>>

家常烧牙片鱼
干烧鲳鱼
如何选购带鱼
茼蒿炖带鱼
椒盐带鱼条
如何识别“染色”黄花鱼
清蒸黄花鱼
如何选购鱿鱼
海鲜水果沙拉
如何选购虾和虾皮
爆炒罗氏虾
如何选螃蟹
一品脆皮蟹
如何辨别海蟹与河蟹
如何辨别公蟹与母蟹
清蒸河蟹
如何选购贝类
文蛤蜊炖豆腐
如何选购海蜇
蜇头螺片
如何选购黄瓜
番茄腰柳
如何选购丝瓜
如何挑选苦瓜
如何选购西红柿
如何选购竹笋
如何识别
用过激素或农药的韭菜
鲜肉韭菜卷
如何挑选蒜薹
如何挑选西葫芦
如何挑选西兰花
如何挑选柿子椒
如何挑选小白菜
如何挑选卷心菜
如何挑选白萝卜和胡萝卜
客家萝卜丸
如何选购藕
红烧藕丸
如何挑选山药
彩椒山药
如何辨识有毒的蘑菇
蘑菇鸡
如何挑选鲜香菇
煎酿香菇
如何选购黑木耳
红蘑木耳炒鸡柳

<<烹饪妙招>>

如何选购干银耳

如何选购酸菜

如何选购豆类

如何选购平菇

如何选购豆芽

如何选购豆腐

.....

食材保鲜与保存

食材处理

2 妙招26条烹饪妙招实战(美味示范34道)

<<烹饪妙招>>

章节摘录

版权页： 插图： 如何选购火腿 火腿肉的外表一般会封着一层蜡质，挑选时可以用牙签扎一扎，然后拔出闻一闻，肉香味浓郁的质量好。

火腿的包装上一般会写火腿的腌制时间，如三年火腿、五年火腿、八年火腿。

腌制时间越长，火腿味道越香浓。

美味示范 金腿千千结 主持人：汪洋 原料 金华火腿、豆腐皮、柿子椒 调料 白糖、鸡油、料酒、水淀粉、盐、鸡精、植物油、高汤 做法 1.将豆腐皮切开，每片卷好叠三下，打上结，氽水；火腿切条；柿子椒洗净，去蒂及籽，切丝。

2.把豆腐皮放盘中，加料酒、盐、白糖、鸡精、高汤，放入火腿，入蒸锅中蒸10分钟，取出。

3.锅入油烧热，放入柿子椒翻炒，倒入蒸好的豆腐皮和火腿，加白糖、盐、鸡精、鸡油，以水淀粉勾芡即可。

大厨支招 1.优质豆腐皮质地细腻，富有韧性，软硬适度，无杂质；劣质豆腐皮无韧性，表面发黏。

2.入锅蒸制时火腿要放在最上面，让火腿的鲜味可以更好地渗入豆腐皮中。

<<烹饪妙招>>

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

<<烹饪妙招>>

编辑推荐

《天天饮食十年典藏系列:烹饪妙招》是“天天饮食十年典藏”系列丛书中的一本，收录食材选购、食材保鲜与保存、食材处理妙招205条，烹饪妙招26条。

<<烹饪妙招>>

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>