

<<烧烤圣经>>

图书基本信息

书名：<<烧烤圣经>>

13位ISBN编号：9787547204405

10位ISBN编号：7547204406

出版时间：2011-3

出版时间：吉林文史

作者：史蒂芬·赖希伦

页数：496

译者：聂传炎

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>

<<烧烤圣经>>

前言

<<烧烤圣经>>

内容概要

本书作者史蒂芬·赖希伦是世界最著名的烧烤大王，他用3年时间，游览了世界5大洲25个国家，收集了各地最具特色的烧烤技巧和配方。

本书超过500种烧烤食谱，70余幅全色彩图，堪称烧烤界的“圣经”！

<<烧烤圣经>>

作者简介

斯蒂芬·赖希伦是世界最著名的烧烤大王。

除了享誉盛名的《烧烤圣经》，他还为多家杂志报纸撰稿。

曾主持美国公共广播公司的热播系列片《绿蔷薇烧烤大学》，被《好胃口》杂志评选为世界最著名的烹饪大师。

他还经常做客《早安，美国》、《今日秀》、《CBS》、《探索频道》、《奥普拉》等各档节目。

如今，他在佛罗里达州的椰子林和马萨诸塞州的马撒葡萄园岛上居住、烧烤。

<<烧烤圣经>>

书籍目录

第1章 烧烤常识：常见问题及答案

第2章 解渴饮料

酒精饮料

巴西黛克瑞酒

天然冰镇果汁朗姆酒

朗姆潘趣酒

巴哈马天汁

巴西椰子沙冰 (Batido)

西番莲黛克瑞酒

烟熏马提尼

法属西印度群岛朗姆潘趣酒

皮斯克酸酒

新加坡司令

弗龙特拉玛格丽特酒

马德里式桑格利亚汽酒

梅酒

无酒饮料

芒果汽水

生姜菠萝潘趣酒

花生潘趣酒

玫瑰露冷饮

薄荷青柠汁

薄荷茶

越南冰镇咖啡

伊朗酸奶饮料

阿富汗酸奶饮料

印度酸奶冷饮

第3章 开胃菜

印度尼西亚牛肉椰子沙嗲

越南牛肉干

葡萄叶五香熏牛肉

九层塔烤牛肉卷

荷属西印度鸡肉串

锡纸鸡

西贡蒜香柠檬草烤鸡翅

澳大利亚啤酒烤鸡翅

八角鸡翅

香港蜜烤鸡翅

辣烤鸡翅

香港香辣烤鸡翅 (石澳鸡翅)

eatit&beatit鸡翅

烤虾点心

甘蔗虾慕斯

烤蜗牛

烤茄子酱

<<烧烤圣经>>

波斯核桃茄子沙司
 中东芝麻酱茄泥
 薄荷酸奶黄瓜沙拉
 菠萝伏洛干酪
 烤玉米粉薄饼
 烤番茄
 葡萄叶烤山羊乳干酪
 咸肉烤无花果
 意式咸肉烤无花果
 鹌鹑蛋沙嗲
 越南风味烤鸡蛋
 火烤番茄汤
 烤玉米羹
 烤西班牙凉菜汤

第4章 热烤沙拉

烤沙拉
 烤茄子、番茄&甜椒沙拉
 西班牙烤蔬菜沙拉
 摩洛哥茄子沙拉
 黎巴嫩茄子沙拉
 烤西葫芦沙拉
 烤什锦蔬菜
 泰国辣牛肉沙拉
 甜酸烤猪肉
 印度香辣烤鸡肉沙拉
 速制恰特混合香料
 波斯泡菜&橄榄鸡肉沙拉
 烤尼斯沙拉
 冷盘沙拉
 希腊怪味沙拉
 韩国茼蒿洋葱沙拉
 Lacabana餐厅主厨沙拉
 芝麻菠菜沙拉
 “三辣”沙拉
 辣味萝卜沙拉
 日本辣味豆芽沙拉
 爪哇卷心菜豇豆沙拉拼盘
 鲜椰肉豇豆
 越南沙拉拼盘
 土耳其小红萝卜沙拉拼盘
 黎巴嫩蔬菜沙拉拼盘
 设拉子黄瓜、番茄&洋葱沙拉
 牧羊人沙拉
 番茄香葱沙拉
 飞达奶酪番茄沙拉
 巴厘黄瓜沙拉
 浇糖洋葱土豆沙拉

<<烧烤圣经>>

双色土豆沙拉

酸豆酱辣味水果

第5章 烤面包

烤皮塔饼

香菜黄油烤蒜香面包

烤蒜香面包棒

托斯卡纳烤蒜香面包

加泰罗尼亚番茄面包

烤佛卡夏面包

布鲁斯?弗兰克尔烤面包

泥炉扁面包

炭烤豆粉面包

牙买加油炸面包

第6章 美味牛肉

德克萨斯式烤牛排

大蒜迷迭香烤上肋牛排

巴西填料牛肋排

大蒜青柠腌牛排

“地狱”牛排

芥末青柠牛排

红酒酱骨髓肋排

佛罗伦萨牛排

尼加拉瓜式牛排

里脊尖烤牛肉

韩国芝麻烤牛肉

瓦哈卡烤牛肉

阿根廷牛肉卷

蒙得维的亚填料牛肉卷

花生粉烤牛肉

秘鲁烤牛肉串

孟加拉烤肉串

俄罗斯烤肉串

火辣棒棒肉

伊朗速烤牛肉串

巴尼临海街烤牛肉串

马德拉岛烤牛肉月桂叶串

莴苣叶卷烤牛肉

柠檬香草腌汁

柠檬香草花生牛肉

西贡市场牛肉棒

韩国烤短肋牛排

“恐龙排骨”

阿根廷小牛肉&鸡肉串

烤牛尾肉

第7章 美味猪肉

“平安夜”烤猪

古巴莫霍酱

<<烧烤圣经>>

北卡罗来纳手撕猪肉

醋酱

北卡罗来纳式凉拌菜丝

巴厘烤猪肉

里奥猪肉卷

迷迭香烤猪腰肉

摩尔调料猪肉

烤猪里脊肉

瓦哈卡式辣酱腌猪肉

火辣沙司烤猪肉

李国纬烤猪肉

乌拉圭肉卷

甜味猪肉沙嗲

甜味蒜香猪排

瓦哈卡式猪肋排

墨西哥辣沙司

菲律宾调味酱罗米猪排

孟菲斯烤肋排

拉斯特肋排

第8章 羔羊肉

墨西哥烤羔羊肉

藏红花&玫瑰露烤羊腿

开普敦羔羊肉

摩洛哥烤羊肉

柠檬黄油叉烤羊腿

花椒烤羊排

齐拉冈宫烤羊架肉

洋葱芥末酱烤羊肉

“洋葱水”烤羊排

酸奶&藏红花羊排

26号摊烤羊排

摩洛哥番茄酱

普罗旺斯香草烤羊肉

拉丁区烤羊肉串

正宗土耳其烤羊肉串

摩洛哥羊肉串

迈塔克瑟白兰地浇烤肉串

亚美尼亚烤羊肉串

大仲马羊肉串

第9章 碎肉、汉堡和香肠

美国大汉堡

干酪牛肉汉堡包

咸肉熏奶酪汉堡

鳄梨、苜蓿芽&辣沙司汉堡

保加利亚汉堡

“拖鞋”汉堡

三肉馅饼

<<烧烤圣经>>

罗马尼亚猪羊肉香肠

桑巴热狗

香辣口利佐香肠

桑巴香肠

猪肉石榴香肠

香菜牛肉沙嗲

“飞狐”沙嗲

绿洲烤肉串

香辣牛羊肉串

伊朗烤牛羊肉串

酸豆酱羊肉沙嗲

酸豆水

石榴糖浆青葱烤肉串

石榴糖浆

开心果烤羊肉串

卡内姆烤羊肉卷

亚美尼亚式面包夹羊肉

茄子烤羊肉串

碎小麦烤羊肉串

烤茄子&酸奶肉串

烤鸡肉串

第10章 禽肉烧烤

“酒窝”烤鸡

啤酒烤鸡

皮里皮里鸡

巴哈马烤鸡

柠檬芥末酱烤鸡

巴西啤酒鸡

巴厘岛苹果&马卡达姆坚果酱烤鸡

百特路烤鸡

“海盗”烤鸡

泥炉烤鸡

安圭拉烤鸡

安圭拉烧烤酱

船长烤鸡

藏红花烤鸡

Bademiya's辣椒香菜烤鸡肉

阿富汗风味烤鸡

巴勒斯坦烤鸡

蒙得维的亚烤鸡胸

莴苣叶包鸡肉沙嗲

马来西亚鸡肉沙嗲

斯里兰卡沙嗲

校园鸡肉沙嗲

雅加达鸡肉沙嗲

日本烤鸡

五香熏火鸡

<<烧烤圣经>>

胭脂树果烤火鸡
 摩洛哥香料烤野鸡
 阿富汗式烤野鸡
 大蒜生姜烤鸭
 肉桂樱桃烤鸭酱
 橙子烤鸭酱
 大葱可丽饼北京烤鸭
 大葱可丽饼
 托斯卡纳烤野雉
 烤野雉腿
 圣托里尼烤鹌鹑
 阿富汗烤鹌鹑
 香料烤鹌鹑
 葡萄叶烤鹌鹑

第11章 水火交融：烤鱼

南非香料整烤笛鲷
 巴哈马整烤笛鲷
 佩诺酒浇茴香烤鲈鱼
 佩诺II酒浇茴香烤鲈鱼
 新鲜洋葱沙拉烤海鲈鱼
 清新番茄汁海鲈
 新关仔角烤鲭鱼
 酸甜烤笛鲷
 帆船码头烤鱼
 黄瓜酱烤笛鲷
 伊桑调味料烤鱼
 法属西印度刺山柑酱烤笛鲷
 葡萄牙烤沙丁鱼
 索维拉式混烤海鲜
 巴西大蒜腌汁烤鱼
 烤鲨鱼面包
 烤剑鱼
 烤鲟鱼串
 yassa烤鱼
 红酒、橄榄&刺山柑酱烤金枪鱼
 马德拉岛式金枪鱼排
 西属几内亚三酱烤鱼
 花生酱
 菠菜酱
 鳄梨酱
 尤卡坦式烤鱼
 尤卡坦式烤整鱼
 亚洲调料椰奶澳洲肺鱼
 基辅烤鲑鱼
 葡萄叶烤鲑鱼
 九层塔奶油烤鲑鱼
 加泰罗尼亚水果&坚果烤舌鳔

<<烧烤圣经>>

Nonya甜酸烤老板鱼

Nonya酸甜酱

烤盐鳕鱼

秘鲁烤鱼串

剑鱼肉串

椰奶烤剑鱼串

潘代利烤剑鱼串

烤鲟鱼串

巴厘鱼慕斯沙嗲

佛罗里达笛鯛汉堡

第12章 烤贝类：龙虾、对虾、扇贝和蛤蜊

生姜薄荷黄油琵琶虾

九层塔黄油烤多刺龙虾

克里奥尔酱烤多刺龙虾

烤岩虾

辣味他他汁烤软壳蟹

ketjap黄油烤明虾

咖喱黄油白沙司烤淡水龙虾

拉丁区烤虾串

椒盐烤对虾

蜂蜜芝麻烤对虾

巴伊亚花生酱烤对虾

泥炉烤明虾

浇烤明虾

巴厘烤虾肉沙嗲

芝麻酱烤虾

农场烤虾

艾梅里尔?拉加斯的新奥尔良烤虾

槟榔屿特辣沙司烤虾

港湾海岸烤虾

咸猪肉、柠檬&九层塔烤扇贝串

Colombo黄油烤蛤蜊

烤贻贝

山葵奶油烤牡蛎

巴哈马烤海螺

烤章鱼

德班烤鱿鱼

费尔南多辣烤墨鱼

第13章 烤素食

新式烤比萨

简单比萨面团

番茄、九层塔&奶酪烤比萨

芝麻菜&意大利奶酪烤比萨

烤拉克利特干酪

泥炉烤辣椒

“白兔”

烤豆腐串

<<烧烤圣经>>

切达干酪&蘑菇糙米汉堡

烤红薯坚果串

普罗旺斯多层三明治

九层塔蒜泥蛋黄酱烤平菇三明治

九层塔蒜泥蛋黄酱

第14章 蔬菜：当绿色蔬菜遇上烧烤

格鲁吉亚烤蔬菜串

日本混烤蔬菜

圣马格利特烤蔬菜

西印度烤蔬菜

加泰罗尼亚烤洋蓍

火烤面包果

泥炉烤花椰菜

刺芫荽黄油烤玉米

味噌烧烤酱烤茄子

阿根廷烤茄子

烤茴香

烤蒜串

烤豇豆

烤香菇和大葱串

芝麻烤蚝蘑

烤香菇和大葱串

口利佐香肠烤蘑菇

芝麻菜黄油烤香菇帽

芝麻烤黄秋葵

杏仁番茄酱烤小洋葱

橄榄&凤尾鱼腌烤辣椒

烤大蕉

两种铝箔烤土豆

番茄酱烤土豆

铝箔烤亚洲调味土豆

烤洋葱土豆

安第斯山混烤土豆

希腊大蒜柠檬烤土豆

西印度脆皮烤南瓜

芝麻蘸酱烤红薯

烤茴香番茄

第15章 米饭、豆类及其他

印度香米饭

速煮印度香米饭

伊朗蒸米饭

伊朗金酥米饭

伊朗越橘米饭

茉莉饭

巴厘黄米饭

日本蒸米饭

烤年糕

<<烧烤圣经>>

巴哈马豌豆米饭

疯狂米饭

烤玉米饼

烤燕麦饼

彩虹树薯

印度“烘豆”

快速熏烤豆

巴西咸肉黑豆

约克郡烤布丁

第16章 配菜：泡菜、调味酱、辣沙司和凉拌卷心菜

中亚泡菜

格鲁吉亚泡菜

胡萝卜&菠萝醋泡菜

Encurtido泡菜

槟榔屿青葱开胃菜

青葱辣酱

摩洛哥青葱调味酱

泡洋葱

洋葱香菜开胃菜

石榴糖浆洋葱开胃菜

芒果辣味酱

菠萝香泡菜

混合香泡菜

芒果香泡菜

柠檬香草辣酱

番茄花生辣酱

番茄酱

菠萝酸辣酱

瓦哈卡鳄梨酱

烤哈瓦那灯笼椒辣沙司

番茄沙司

三果辣沙司

烤菠萝辣沙司

烟熏味苹果蕉辣沙司

芒果薄荷沙司

“狗鼻子”辣沙司

两种印度拌酸奶蔬菜

菠萝拌酸奶

番茄黄瓜拌酸奶

三种卷心菜沙拉

简易卷心菜沙拉

幕府沙拉

海地卷心菜沙拉

第17章 酱料

简单烧烤酱

卡罗来纳芥末烧烤酱

马克·米尼提诺芒果烧烤酱

<<烧烤圣经>>

北卡罗来纳醋酱
 蜂蜜番石榴烧烤酱
 格鲁吉亚李子酱
 生姜李子烧烤酱
 孟加拉国芒果酸豆烧烤酱
 越南苹果虾酱
 简单酸豆烧烤酱
 杏仁烤番茄酱
 尼加拉瓜番茄酱
 石榴糖浆烤番茄酱
 经典日式烧酱
 印度尼西亚甜酱油
 辣酱海鲜酱
 两种味噌烧烤酱
 白味噌烧烤酱
 红味噌烧烤酱
 泰国花生酱
 荷属西印度花生酱
 杰克土耳其咖啡烧烤酱
 简单香辣酱
 红色香辣酱
 “干”香辣酱
 葡萄牙辣酱
 乡村辣酱
 两种阿里萨酱
 简单阿里萨酱
 腌柠檬阿里萨酱
 法属西印度“狗”酱
 大蒜酱
 香菜酱
 加泰罗尼亚醋油沙司
 大蒜柠檬蜂蜜酱
 甜辣薄荷酱
 简单越南蘸酱
 沙梨蘸酱
 花生辣椒蘸酱
 简单爪哇蘸酱
 酸豆蘸酱

第18章 擦料

孟菲斯擦料
 迈阿密调味料
 路易斯安那法裔擦料
 克里奥尔擦料
 尼斯羊牛排擦料
 马拉喀什擦料
 普罗旺斯香草
 以色列擦料

<<烧烤圣经>>

速制hawaij
 普罗旺斯烤鱼调料
 北非擦料
 西班牙式地中海调味盐
 辣椒芝麻盐
 什锦香料
 速成什锦香料
 四川调味盐
 colombo咖喱粉
 牛至橄榄油擦料
 烤肉腌汁
 红烧腌汁
 熏辣椒腌汁
 巴西羊肉腌汁
 九层塔腌汁
 柏柏尔腌汁
 白葡萄酒海鲜腌汁
 六种混合黄油
 餐厅领班黄油
 法国蜗牛黄油
 罗克福尔干酪黄油
 凤尾鱼黄油
 咖喱黄油
 葡萄酒商黄油
 日本大蒜黄油
 波旁威士忌黄油抹酱
 Ketjap黄油
 醋汁拖把酱
 墨西哥鱼酱

第19章 火与冰：甜点

烤苹果
 巴厘椰奶焦糖烤香蕉
 香烤菠萝
 烤香蕉冰淇淋
 加糖鲜奶油
 家常食脆香米
 柠檬生姜焦糖布丁
 可可洛克布丁
 加泰罗尼亚奶油
 焦糖酱Dulcedeleche
 豆蔻开心果米布丁
 椰子冰淇淋
 椰奶
 豆蔻焦糖冰淇淋
 伊朗酸樱桃糖浆柠檬&玫瑰露
 “圣代”
 水果冰

<<烧烤圣经>>

韩国水果潘趣酒

<<烧烤圣经>>

章节摘录

第1章 烧烤常识：常见问题及答烧烤是最古老的烹饪方法，它操作方便又美味可口，所以几个世纪以来一直风靡全球。

与此同时，烧烤的方法也经历了无数次的改良。

先是用烤架，继而使用炉龕，后来又发明了烤叉和转叉；到科技时代，则开始使用燃气烤炉和红外燃烧器。

这些改良使我们能够在烤架上烹制更多种类的原料，但是基本的原理至今未变，就如烧烤食物的原始乐趣一样。

烧烤过程人们通常会用 barbecuing 来表示烧烤。

barbecue 可以表达的意思非常多，既可以指烹饪器具（烤炉），又可以指使用烤炉的多种烹调方法，甚至可以指德克萨斯烧烤或北卡罗来纳式烧烤这样的特定菜式。

只要是明火烹调，都可以用这个词。

此外，我们也用 barbecuing 指代户外烹饪活动，在户外烹制和享用的食物、以烧烤食物为主的社交聚会都可以称为 barbecuing。

这样一来，barbecuing 和 grilling 的意思就产生了混淆。

导致这种混淆的原因在于，无论是高温还是低热，无论是直接烘烤还是烟熏，使用的都是同一器具——烧烤炉。

下面，我们就来说说高温烧烤和低热烧烤、直接烧烤和间接烧烤等方式的不同。

煎烧（grilling）和熏烤（barbecuing）的区别煎烧是一种快速的高温烹饪方法，指的是直接在火焰或烧红的煤炭上烹制食物。

这样的方式通常需要超过 315 的高温，在有些餐馆，烧烤炉的温度甚至达到 425 ~535 。

烹饪时间以分钟计算。

小而薄的食物柔软易熟，最适于烧烤，比如：牛排、猪排、肉丸、去骨鱼片、蔬菜、面包、比萨和水果等，都是合适的原料。

烧烤食物的最大乐趣就是：你可以亲眼看着食物由毫无生气的样子，变得滋滋作响，香气四溢。

高温可以使食物表面烤焦，而汁液封存无损，并形成带烟熏味的、焦脆的酥皮，这也是烧烤食物最受人们钟爱的原因之一。

目前，烧烤是世界上最常见的明火烹饪方法。

全世界六大洲的餐馆、露天商店和住宅后院里，人们不分贫富，都在采用同样的方法进行烧烤。

无论人们使用的是阿根廷那种篝火大小的炉子，还是巴厘岛那种鞋盒大小的沙嗲烤炉，当烤炉的主人们说起 barbecue 这个词时，95% 的人指的是煎烧。

然而，最货真价实的 barbecue 是熏烤，指的是一种长时间的、缓慢的、低温的间接烤制方法。

这种方法是使用烂烧的木头或木炭进行烹饪，通常适宜于某种肉食，在烹饪的过程中会有大量的熏烟产生，并且，食物在火旁，而不是在火上，因此烹制是间接的。

真正的烧烤起源于加勒比海，但最初被美国所采纳，流行于德克萨斯州、堪萨斯城、孟菲斯以及美国南部。

在传统的美国烤炉中，热源是一个独立的火箱，火箱虽然附在烧烤室上，但并不是烧烤室的一部分。

前文提到，真正的烧烤是慢速、低温的。

堪萨斯城的烤炉者需要花费6小时烤制牛排，猪肩肉则要花费 10~12 小时。

烤炉温度也从未超过 107 。

木头烂烧而不燃烧的低热会产生烟雾，这种烟雾促成了烧烤的独特风味。

此外，烟还是天然的防腐剂。

在冰箱没有出现之前，防止肉类和海鲜变质的首要方法就是烟熏。

理论上，这种缓慢、低温的间接加热适宜烹制大块肉类，诸如整头猪或者整只火鸡。

此外，烤制带有大量结缔组织的肉块，如胸肉和小排骨，这种方法也很理想。

但是在从前，熏烤是和贫困阶层联系在一起的，因为他们只能用便宜的肉食进行烹饪，如今，这种廉

<<烧烤圣经>>

价肉却美其名曰“烤肉”。

什么是直接烧烤？

直接烧烤就是用高温烹制如牛排、猪排、肉串等相对较薄的肉块，以及辣椒、大褐菇等蔬菜。烧烤时，食物被放在火的上方，高温将食物表面烤焦，汁液则被封存在其中。

当使用高温烧烤时，根据食物大小的不同，总共需要的烹饪时间为2到20分钟不等。

比如：小虾和小沙嗲肉串需要2分钟，整只鲜鸡则需要20分钟。

在世界上很多地方，厨师甚至用扇子或电动鼓风机为煤炭鼓充氧气，从而加快煤炭的燃烧。

进行直接烧烤时，烤炉一般是敞开的。

烤制羊肉串和沙嗲之类的小块肉食，或者面包之类容易烤焦的食物时，尤其需要如此。

如果用以烤制的肉块较厚，比如带骨牛排和大丁骨等，可以盖上烤炉，从而加快烤制速度。

什么是间接烧烤？

间接烧烤是本世纪发明的一种混合烹饪方法。

它介于煎烧和熏烤之间。

和熏烤一样，食物被放在火的附近，而不是火上。

但热源在烧烤室中，所以温度比熏烤时的温度更高，一般在176 左右。

有时候，人们会在煤炭或其他热源上放上木屑或木块，以产生和熏烤时一样的烟雾，从而达到熏烤的口味。

使用木炭烤炉进行间接烧烤时，木炭放在火箱的边上或四周，食物则在炉子的中央即可。

对于使用燃气烤炉进行间接烧烤，则是点燃烤炉某一侧的燃烧器，另一侧没有点燃的区域摆放食物。

间接烧烤的好处在于，它使烧烤炉变成了烤箱。

这样一来，即便是烤制大的肉块、禽类、鱼或肥肉，也不致烤焦。

间接烧烤兼具煎烧和熏烤的优点，既用到煎烧的木炭，又具有熏烤的柔和与烟雾，并且没有煎烧和熏烤的缺点。

在时间和温度控制上，间接烧烤比直接烧烤的要求宽松得多，而且比真正的熏烤快得多。

.....

<<烧烤圣经>>

媒体关注与评论

<<烧烤圣经>>

编辑推荐

《烧烤圣经》：狂销110万册，翻译成15种语言，被誉为烧烤界的圣经！

《烧烤圣经》，这是迄今为止，收录烧烤种类和技术最全面的一本书。

《烧烤圣经》，足不出户你就可以品尝到世界各地的烧烤美食。

《烧烤圣经》，精华在于超过500种烧烤食谱，美味独创、易于操作，并配有70余幅全色彩图，堪称烧烤界的“圣经”！

<<烧烤圣经>>

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>