

<<新编家常菜谱2000例>>

图书基本信息

书名：<<新编家常菜谱2000例>>

13位ISBN编号：9787122064875

10位ISBN编号：7122064875

出版时间：2010-1

出版单位：化学工业出版社

作者：双福，朱太治 编著

页数：360

字数：280000

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>

## <<新编家常菜谱2000例>>

### 内容概要

本书精选大众最爱吃的经典家常菜，将菜细分为家常凉菜、家常炖补、养生汤、家常小炒、猪肉类、羊肉类、蔬菜类等32大类。

更为喜爱寿司、饮品、甜点的时尚人群和重视四季养生的人群编写了专门的食谱。

每个菜品均详细介绍了原料、做法和特点，配以彩色成品图，查阅方便，清晰明了，是极好的家庭烹饪指导书。

此外，还为读者精心编写了厨事实用内容，如做菜更好吃的厨房秘技300例、食品安全选购与食用窍门400例等，让您厨艺、厨事、事事通。

全书内容丰富，实例众多，文字科学实用，精美彩印，更特别赠送厨艺绝招 实用VCD光盘，让您真正“一册在手，下厨不难”。

<<新编家常菜谱2000例>>

作者简介

杨红，青岛市海慈医疗集团营养科副主任，青岛市药膳研究会秘书长，山东省营养学会临床营养专业委员会委员。

山东大学医学院医学免疫学毕业，从事临床营养20余年，一直致力于疾病的营养治疗和饮食预防，对一些常见病、多发病（糖尿病、肾脏疾病等）的营养治疗有着较丰富

## &lt;&lt;新编家常菜谱2000例&gt;&gt;

## 书籍目录

PART 1 家常凉菜 蚝油生菜 三丝生菜 凉拌生菜 双耳拌黄瓜 黄瓜拌粉皮 炆黄瓜条 拌番茄黄瓜 黄瓜拌粉丝 洋葱拌番茄 番茄拌菠菜 姜汁菠菜 清香碎油菜 蒜泥蕨菜 蕨菜拌皮蛋 拌合菜 芥油拌合菜 蒜末荷兰豆 金钩荷兰豆 冰爽蜜汁苦瓜 豉茸苦瓜 爽口花生仁 甜脆花生米 炆拌莴笋 三丝绿豆芽 三丁拌咸菜 吞椿干丝 珊瑚藕片 葱油海带丝 温拌银耳干贝 尖椒拌虾皮 芝麻拌嫩茄 蒜泥拌凉粉 珊瑚白菜 糖醋拌三丝 醋熘海米白菜 炆拌土豆丝

PART 2 家常炖补 白果竹丝鸡汤 黄芪莲子鸡汤 蘑菇鸡丁奶油汤 雪菜野鸭汤 银耳鹌鹑汤 椰肉银耳煲鸽汤 鸭血豆腐汤 黄花鱼瘦肉汤 鲫鱼赤小豆汤 苦瓜鲤鱼汤 蛤蜊鲫鱼汤 归芪鲤鱼汤 生姜泥鳅汤 芥菜鱼头汤 鱼头豆腐煲 蒜味豆腐鱼头汤 葱鼓鱼头汤 芙蓉豆腐汤 黄花木耳猪蹄汤 淮杞煲猪手 花生猪蹄汤 粉葛猪蹄汤 猪蹄煮丝瓜豆腐 枸杞银耳瘦肉汤 芥菜咸蛋肉片汤 木瓜花生排骨汤 火腿冬瓜汤 冬瓜茯苓蛭肉汤 冬瓜瘦肉汤 冬瓜枸杞汤 枸杞龙眼汤 南瓜莲子汤 莲子安神汤 松花蛋淡菜汤 绿豆芽蚬肉汤 虾仁三鲜汤

PART 3 养生汤 三冬养生汤 香菇冬瓜汤 香菇豆腐汤 番茄蛋花汤 奶油番茄汤 米汤南瓜 魔芋南瓜汤 苦瓜消暑汤 三鲜苦瓜汤 银耳冬瓜汤 火腿冬瓜汤 冬瓜肉丸汤 萝卜粉丝汤 青萝卜汤 胡萝卜生鱼汤 水萝卜片汤 青菜豆腐汤 菠菜豆腐汤 冻豆腐金针汤 海带排骨汤 萝卜排骨汤 山药排骨汤 黄豆芽排骨豆腐汤 雪菜黄鱼汤 紫菜虾皮汤 虾皮菠菜粉丝汤 虾皮萝卜汤 海米白菜汤 海米萝卜汤 时蔬浓汤 蔬菜大酱汤 山药莲子汤 平菇蛋汤 莼菜鸡丝汤 清汤银耳 丝瓜玉米羹

PART 4 家常小炒 韭菜炒鸡蛋 韭菜豆腐皮 油皮炒韭菜 西芹花生米 西芹炒腰果 蒜薹炒鸡蛋 蒜薹炒土豆丝 干烧笋尖 炒蘑菇莴笋 番茄炒鸡蛋 番茄炒山药 鱼吞茄子 酱扒茄子 金沙茄条 酱爆黄瓜丁 玉米笋炒黄瓜 炒洋葱丝 洋葱烩蛋 肉酱菠菜 素炒菠菜 尖椒土豆丝 干煸土豆丝 醋熘三丝 醋熘土豆丝 百合炒芦笋 杂烩鲜百合 油焖三鲜 清爽小炒 清炒木耳菜 肉片炒卷心菜 炒热合菜 虎皮酿椒 椒味荷兰豆 姜丝炒鲜藕 大葱炒木耳 酱炒回锅肉白菜

PART 5 猪肉类 PART 6 牛肉类 PART 7 羊肉类 PART 8 鸡肉类 PART 9 鸭肉 鸽肉 鹌鹑类 PART 10 蔬菜类 PART 11 水果类 PART 12 豆类及豆制品类 PART 13 菌菇类 PART 14 鱼类 PART 15 虾类 PART 16 家常小海鲜 PART 17 家常辣味 PART 18 经典川菜 PART 19 家常粥 PART 20 滋补粥 PART 21 饺子 馄饨 包子 PART 22 家常饼 PART 23 家常面条 PART 24 家常米饭 PART 25 家常快餐 PART 26 开胃甜品 PART 27 时尚饮品 PART 28 美味寿司DIY PART 29 春季菜谱 PART 30 夏季菜谱 PART 31 秋季菜谱 PART 32 冬季菜谱 附录

<<新编家常菜谱2000例>>

章节摘录

插图：

<<新编家常菜谱2000例>>

编辑推荐

《时尚美食馆:新编家常菜谱2000例》：专家特别推荐四季饮食与营养忠告营养食谱搭配精选32大类1000余种美味家常菜谱做菜更好吃的300例厨房秘技食品安全选购的400个实用小窍门大厨现场演示200余例厨艺绝招赠送价值15元厨艺绝招2VCD光盘

<<新编家常菜谱2000例>>

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>