

<<鱼虾蟹贝家常菜>>

图书基本信息

书名：<<鱼虾蟹贝家常菜>>

13位ISBN编号：9787538450736

10位ISBN编号：7538450734

出版时间：2011-2

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾，张恩来 编

页数：255

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>

## <<鱼虾蟹贝家常菜>>

### 内容概要

张奔腾，张恩来的《鱼虾蟹贝家常菜》向你介绍了鱼、虾、蟹、贝的原料知识及烹调方法，将采购指南、营养指南与烹饪指南融会贯通，以彰显其价值。

本书以家庭常用的食材为构架，以原料性质为分类方式，在讲解原料营养分析、食疗功效、放心选购、安全储存、烹调应用、烹调提示及实用偏方的同时，按照不同原料的特性，分别推荐5-22款不同口味、不同技法的家庭常用菜例，将营养保健、科学膳食的理念融入其中。

希望本书能成为快节奏生活中人们的健康饮食指南，使您的生活更加快乐安逸！

## <<鱼虾蟹贝家常菜>>

### 作者简介

张奔腾，中国烹饪大师、饭店与餐饮业国家一级评委、中国管理科学研究院特约研究员、辽宁创新菜联盟主席。

1987年起参与和主编《中式烹调师》《新派辽菜》《创新东北菜》《北方家常菜谱》《辽东红楼宴》《家常食疗菜典》《清真美味365》以及《快乐厨房》《家庭烹饪教室》《酱料五味坊》《生鲜超市家常菜》《中国传统菜系》等著作150余部，并在《中国烹饪》《中国食品》《餐饮世界》《东方美食》《中国大厨》《饮食科学》等杂志和报刊上发表论文及创新菜品200余篇。

2001年赴台北中华美食展，获“厨艺超群”金鼎奖杯；2002年11月被国际饭店与餐馆协会和中国饭店协会授予“国际烹饪艺术大师”“国际美食评委”荣誉称号；200...

## &lt;&lt;鱼虾蟹贝家常菜&gt;&gt;

## 书籍目录

水产品面面观水产品的种类水产品的营养价值如何选购水产品六类水产不宜吃鱼类的烹饪知识鱼类的营养价值污染鱼巧鉴别鲜鱼巧选购冻鱼巧选购保存活鱼的窍门保存鲜鱼的窍门为什么淡水鱼有土腥味为什么冰鱼解冻后更易腐败鱼的前期处理小窍门根据鱼的鲜度确定烹调方法巧定活鱼烹饪时间去鱼腥味的技巧蒸鱼的技巧蒸鱼适宜用旺火蒸、炖鱼用水的技巧做鱼片、鱼丝菜肴的鱼鱼丝不宜切得过细切鱼片的窍门浸泡鱼片的窍门用三成热的油滑鱼片炒鱼片的技巧煮鱼时要沸水下锅巧防烹鱼粘锅防鱼肉碎的技巧鱼要熟透才能食用炸鱼如何不污油炸鱼的技巧炖鲜鱼的技巧为什么烹制鱼肴时要添凉汤做鱼头的技巧做烧鱼的技巧忌食烧焦的鱼肉做鱼丸鲜汤的技巧搅拌蓉泥时要朝一个方向搅搅拌蓉泥要按顺序加入调辅料“熏”鱼的技巧虾蟹贝类的烹饪知识鲜活螃蟹的选购怎样存养活蟹蒸蟹不掉脚的技巧活养螺、蚌、蛭、蚶的窍门贝类的清洗初加工对虾时要先洗涤后剥皮除虾腥味的技巧制取虾仁的技巧炒虾仁的技巧大虾有干煸与过油之分炒田螺的技巧海味干品的烹饪知识海味干品的选购干鱿鱼和墨斗鱼的涨发干贝的蒸发方法鱼翅的发制步骤鱼肚的发制窍门鲍鱼干的发制发鱼皮的窍门巧发海蜇3法发海参的窍门除海参苦涩味的窍门?煮出脆嫩海带的技巧贮存海味干货的窍门咸鱼去咸的技巧一把识别虾皮法PART 1 鱼类PART 2 虾蟹贝类PART 3 海味干制品PART 4 其他

## <<鱼虾蟹贝家常菜>>

### 编辑推荐

随着社会的发展，人们消费理念的转变，过去那种贸易市场的消费正在被超市化的形式所取代。生鲜超市以其物美价廉、品种繁多、分档精细、选购方便、安全卫生的优点，深受广大消费者欢迎。逛超市，如今已成为一种现代的休闲时尚。

本套图书最大的特点就是结合生鲜超市的原料细化，分别介绍其原料知识及烹调方法，将采购指南、营养指南与烹饪指南融会贯通，以彰显其价值。

本系列图书分为“蔬菜食用菌家常菜”、“猪牛羊肉家常菜”、“禽蛋豆制品家常菜”、“鱼虾蟹贝家常菜”，以160余种家庭常用的食材为构架，以原料性质为分类方式，在讲解原料营养分析、食疗功效、放心选购、安全储存、烹调应用、烹调提示及实用偏方的同时，按照不同原料的特性，分别推荐5-22款不同口味、不同技法的家庭常用菜例，将营养保健、科学膳食的理念融入其中。

全套图书共推荐了1500余款菜例，并且针对经典菜例，加以分步图解，让您易学易懂、一看就会。您可按需寻料、按料索菜、按菜选做，方便实用。

<<鱼虾蟹贝家常菜>>

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>