

<<海参菜典>>

图书基本信息

书名：<<海参菜典>>

13位ISBN编号：9787543655881

10位ISBN编号：7543655888

出版时间：2011-6

出版地：青岛

作者：张恕玉//李志刚

页数：240

字数：150000

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>

<<海参菜典>>

内容概要

海参富含蛋白质和钙，还含有脂肪、碳水化合物、磷、铁、维生素B1、维生素B2、牛磺酸、尼克酸及18种氨基酸等50多种对人体有益的营养成分，是典型的高蛋白、低脂肪、低胆固醇食物。

由张恕玉和李志刚编著的《海参菜典》内容涵盖海参的常见品种、营养价值、养生功效以及选购、涨发、加工等各个方面，并由中国烹饪大师亲自示范100余道海参菜品的详细烹制方法。

《海参菜典》一册在手，海参美味尽在掌握！

<<海参菜典>>

作者简介

张恕玉，1957年生，山东省青岛市人。

餐饮业国家级评委、国家技能裁判员、中式烹调高级技师、中国鲁菜名师，现任“青岛航空大酒店”经理。

他擅长制作鲁菜，尤其擅长海参菜。

制作的海参菜肴口味独特，口感鲜醇，在行内被称为“海参王”。

张恕玉研制的许多菜品，已成为岛城许多宾馆、饭店和餐馆的“拳头菜”、“看家菜”。

他用自己的实际行动实现了自己“入厨先做人，后做菜”，做名厨先修其厨德和做一专多能的复合型名厨的信念。

李志刚，青岛尊和集团总裁，山东科学养生协会副会长，山东大学企业家俱乐部常务理事，山东烹饪协会常务理事，山东海促会常务理事。

<<海参菜典>>

书籍目录

关于海参

- 认识海参
- 海参趣闻
- 海参的品种
- 海参的养生功效
- 海参的营养价值
- 海参的选购
- 活海参的加工方法
- 干海参的涨发
- 干海参涨发前后的对比
- 海参涨发与制作中的注意事项

海参菜品

活海参

- 温拌海参
- 青辣通天活海参
- 原汁活海参
- 青瓜拌活海参
- 冰镇参鲍
- 沙拉火龙参
- 海参满口香
- 特制煨汤的制作方法
- 养生牛尾海参
- 大吉活海参
- 老虎菜拌海参
- 冰藻海参
- 活海参蘸酱
- 肉末炒活海参

水发海参

- 萝卜苗拌海参
- 麻汁拌海参
- 冰激凌海参
- 浓汤海参
- 冬虫夏草炖海参
- 至尊海参
- 肉末海参
- 香辣海参
- 双参炖乳鸽
- 海参四宝
- 葱烧海参
- 葱油的制作方法
- 鲜茶菊花海参
- 鲍汁海参
- 粽香海参
- 百花酿海参
- 鹅掌海参

<<海参菜典>>

花菇扒海参
白灵菇扒海参
翡翠海参
乌龙戏珠
酿竹笙扒海参
乌龙藏猪
海参烧蹄筋
海参牛肉片
鸡米海参
海参捞面
海参氽鸡片
木瓜海参
东坡海参
胡辣海参
蟹黄烧海参
四喜海参
龙眼海参
五彩海参丁
海参煎蛋
海参南瓜盅
金汤海参
鱼肚海参
海参疙瘩汤
金饼海参
鸡腿海参
乌龙卧雪
海参锅贴
沙锅海参
凉瓜海参
海参全家福
绣球海参
海参大包
云吞海参
珍珠海参
炒芙蓉海参
沙茶海参
桂花海参
鸡脚海参
三丝海参
沙锅牛腩参
参爆鳝
纸包海参
蛎黄烩海参
家常海参
沙律海参卷
酸汤海参
裙边海参

<<海参菜典>>

兰花参鲍
黄金海参卷
水晶海参
石榴海参
海胆海参羹
沙锅珧柱海参
双龙相会
五彩意面海参
水发黄玉参
酸辣海参汤
锅巴海参
杭椒炒黄玉参
响铃海参
蟹味菇烧黄玉参
什锦菇烩黄玉参
土豆海带炖黄玉参
水发婆参
海水豆腐炖活海参
干烧海参
水发梅花参
三鲜焖海参
酸辣梅花参
红焖梅花参
虾子烧梅花参
水发蝴蝶参
芙蓉蝴蝶参
水发大乌参
清汤大乌参
菜胆大乌参
酸辣大乌参
沙锅炖乌参
海参筋
鸡丝龙筋羹
海参花
金针海参花

<<海参菜典>>

章节摘录

版权页：插图：主料：水发海参 配料：绿豆、红小豆、黑豆、菜豆、大米、黑米 调料：盐、上汤
制作过程：1.绿豆、红小豆、黑豆、菜豆、大米、黑米分别淘洗干净，用开水泡透。

2.锅内倒入上汤烧开，放入绿豆、红小豆、黑豆、菜豆、大米、黑米，大火烧开转慢火炖熟。

3.将海参放入粥内煮熟，调入盐搅匀，出锅装在碗内即可。

甜沫炖海参 主料：水发海参 配料：水发粉丝、油炸花生米、炸豆腐丁、菠菜、大黄米粉 调料：盐、味精、葱花、猪大油、酱油 制作过程：1.菠菜洗净，用开水焯透后捞出，切成段。大黄米粉用水泡透。

2.海参用开水氽透后捞出。

3.锅内猪油烧热，放入葱花炸香，倒入开水，再放入水发粉丝、油炸花生米、炸豆腐丁，烧开后倒入大黄米浆，搅匀，再放入菠菜、海参、葱花，调入盐、味精、酱油，搅匀出锅装盘即可。

双龙相会 王科：水发海参、大虾 配料：芦笋、胡萝卜、苦菊 调料：盐、料酒、白糖、番茄酱、酱油、特制煨汤、清汤、明油、淀粉、葱段、姜片、花生油、香油 制作过程：1.大虾去头，虾身去皮，从背部片开，剔去虾线，加盐、料酒腌制5分钟，拍上干淀粉，用木棒敲成虾片，用开水将虾片灼熟，装盘。

2.虾头修去虾须。

锅内加油烧热，爆香葱、姜，加番茄酱炒香，放入虾头急火烧开，加盐、白糖慢火熟，加香油，急火收干汤汁，装盘。

3.水发海参用特制煨汤煨5分钟后出锅，将海参放在虾片上。

锅内加清汤烧开，加盐、酱油调味，用湿淀粉勾芡，淋明油，浇在海参上，点缀配料即可。

注意事项：虾选料要新鲜，敲虾片时用力要均匀。

菜品特点：造型美观，口感爽滑，鲜香味美。

<<海参菜典>>

编辑推荐

随着人民生活水平的提高，以前多出现在高档宴席上的海参菜品，逐渐走上了家庭餐桌。然而，很多人只知海参滋补，详细的知识了解得并不多，所掌握的烹制方法也略嫌单调，转向图书市场求助时才发现，关于海参的菜谱也很鲜见。

为此，张恕玉和李志刚编著了这本《海参菜典》，以飨读者。

本书系统地阐述了海参的品种、营养价值、养生功效、选购、涨发加工方法等，并由中国烹饪大师亲自示范104道海参菜品的详细烹制方法。

讲述力求做到通俗易懂、简单易学，适宜作为广大烹饪工作者及美食爱好者烹制海参菜品的入门教材，更是一部值得收藏的菜谱专著。

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>