

<<美味餐桌系列>>

图书基本信息

书名：<<美味餐桌系列>>

13位ISBN编号：9787548408352

10位ISBN编号：7548408358

出版时间：2012-3

出版时间：哈尔滨出版社

作者：陈绪荣

页数：143

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>

<<美味餐桌系列>>

内容概要

320道简易又好吃的经典大众菜品，随手可得的食材，操作简单的烹饪方法，为您提供全面系统的家常菜式，巧做美味，全家分享。

<<美味餐桌系列>>

书籍目录

简单易做家常蔬菜
美味可口家常畜肉
健康营养禽蛋菜肴
特色水产
营养菌豆
滋补汤品

<<美味餐桌系列>>

章节摘录

版权页： 插图： 面花蒸酿冬瓜 材料 冬瓜500克，猪瘦肉50克，虾米、冬菇、蛋清各适量。

调料 生葱2根，精盐、胡椒粉、味精、水淀粉、香油、生粉各适量。

做法 1将冬瓜去皮、洗净，切成柱形，将中心掏空，下开水中氽一下，凉凉；瘦肉剁成蓉；将虾米、冬菇、葱切成粒状，掺入肉蓉中、入胡椒粉、精盐、味精、蛋清搅拌上劲。

2在每个空心瓜柱内壁上撒些生粉，酿入搅好的肉馅，用中火蒸熟。

3用水淀粉勾芡，均匀地浇在蒸好的冬瓜上，淋入香油即可。

四方冬瓜肉 材料 冬瓜500克。

调料 葱、姜、酱油、水淀粉、精盐、猪油、白糖、味精各适量。

做法 1将冬瓜洗净去皮，切成大方块，表面用刀刮成斜十字花刀，瓜内面切成连而不断的小方块。

2锅上火，加猪油烧热，将冬瓜块入热油中煎至两面金黄，烹入酱油，放葱、姜烧至上色，加精盐、白糖、味精，起锅盛于碗中，花刀面朝下，浇上汤汁，上笼蒸烂，取出后翻扣于深盘内。

3将汤汁滗入锅中收浓，用水淀粉勾芡，淋在冬瓜块上即可。

<<美味餐桌系列>>

编辑推荐

随着我国经济的高速发展，人们的生活水平普遍提高，特别是在饮食方面，已经不再仅仅讲究吃饱、吃好，而是讲究饮食的营养及科学搭配。尤其是在各种饮食文化交融、烹饪技术不断进步的21世纪，合理用膳、健康饮食已经成为人们关注的主要方面。

怎样才能在家中就可以做出美味的菜肴呢？

《简单好做大众菜》可以帮助您。

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>