

<<中华靓汤大全>>

图书基本信息

书名：<<中华靓汤大全>>

13位ISBN编号：9787807058632

10位ISBN编号：7807058633

出版时间：2008-9

出版时间：成都时代

作者：中映良品

页数：187

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>

前言

“无汤不欢”，汤是中国膳食中的灵魂。

中国人讲究饮食，不但在烹饪方法上千变万化，席间菜式的编排也令全世界的人们叹为观止。

中国人爱喝汤。

南方人爱喝清爽透彻的汤，北方人偏爱厚重黏稠的汤，无论是怎样的口味，也不管是否有胃口，饭桌上不能少的是最先端上的那碗汤。

汤水可以滋补身体，也可以治疗疾病。

说到汤，不得不提广东靓汤，广东靓汤不愧是中华饮食文化中的一朵奇葩。

广东靓汤不但以色、香、味著称，还因其讲究因时制宜，适时进补，每个时节都有不同的品种。

<<中华靓汤大全>>

内容概要

本书囊括了中华靓汤的精华，荟萃了各种不同疗效的汤品。

根据中医学原理，由营养师配菜、名医指点、让你在饱口福的同时、享受靓汤带来的神奇功效。

本书让你从了解中国汤羹的历史以及汤水的保健作用开始，教你如何煲汤。

精美的图片，烹饪的技巧，煲汤的细节，简单的文字，翔实的过程，确保你成为煲汤高手！

《中华靓汤大全》囊括了中华靓汤的精华，荟萃了各种不同疗效的汤品。

根据中医学原理，由营养师配菜、名医指点、让你在饱口福的同时、享受靓汤带来的神奇功效。

《中华靓汤大全》让你从了解中国汤羹的历史以及汤水的保健作用开始，教你如何煲汤。

精美的图片，烹饪的技巧，煲汤的细节，简单的文字，翔实的过程，确保你成为煲汤高手！

精选经典滋补靓汤 荟萃中华汤羹精华 中华好汤全收录 家庭必备煲汤宝典 糅合现代尖端营养学与传统中医理念，针对各种人群精心设计的数百道滋补靓汤。

传承传统烹调智慧，煲出香鲜醇美好滋味。

一份关爱，一锅温情，滋补全家健康！

最简单的步骤、最基本的食材、最关键的调味，做出最超人气好汤。

汤汤水水护全家一份关爱，半斤耐心，一锅温情，老火煲出绝世好汤。

食材搭配窍门与药效分析，星级大厨精选案例，鸡汤、骨头汤、鱼汤、蔬菜汤……精心烹调，手把手教你煲出浓郁鲜香、美味健康的靓汤。

两百条星级大厨的靓汤熬制秘籍 针对常见疾患，数百条汤水药用贴心提示、营养成分表

四十条常用煲汤药物禁忌详解 煲汤常用药材、肉类、菜蔬的搭配要领 三十八条不可不知的汤

羹熬制注意事项 汤的养生、保健作用 不同食材汤羹的独特烹调技术 熬制高汤、清汤、素

汤的要诀 使煲汤更富营养的妙招 煲汤用干货的挑选方法 做汤必须避免的烹调禁忌 使

汤鲜美可口的调味要领

<<中华靓汤大全>>

书籍目录

理论篇 汤，中国饮食文化中的精彩一笔 保健养生无与伦比 无汤难成席 烹汤有妙招 煲汤选材有讲究 广东靓汤，中华饮食的奇葩 常用煲汤药物禁忌 烹汤应注意的细节案例篇 第一部分 清热解毒之汤 清热解毒汤 香菇萝卜豆皮汤 薏米猪腱汤 什锦素菜汤 青红萝卜日月鱼一汤 开水白菜 菜干猪肺汤 干贝海鲜羹 芹菜豆腐煲 苦瓜排骨汤 高汤煮节瓜 芥菜肉丸汤 虾仁莼菜羹 生任一野葛菜汤 皮蛋大白菜汤 青豆炖排骨 洋参双雪瘦肉汤 葛花苦瓜炖排骨 罗汉果川贝炖鹌鹑 竹蔗马蹄茅根炖蝎子 金霍斛虫花炖乳鸽 菊花北芪炖鹌鹑 川贝雪梨炖鹌鹑 第二部分 健脾和胃之汤 五圆整鸡汤 子母会 豆腐煮黄颡鱼 萝卜丝煮膏蟹 鱼丸汤 色一蛋海鲜汤 生姜大束汤 冰糖炖香蕉 生鱼煲西洋菜汤 青菜豆腐羹 香菜鱼一片皮蛋汤 鲜中鲜锅仔 西红柿蛋汤 石斛肉丸汤 菌王肉丸汤 粉葛赤小豆鲮鱼猪骨汤 川贝鳄鱼炖鹌鹑 川贝橘梗炖鹌鹑 药材猪肚汤 松茸猴头菇炖乌鸡 苦瓜干贝炖龙骨 青椒紫苏鲍鱼 双头汤 第三部分 安神宁心之汤 莲子田鸡汤 浓汤干捞翅 天麻猪脑汤 浓汤鱼丸 玉米煲排骨 灵芝土茯苓炖龙龟 野生灵芝炖响螺 花胶玉竹杞子汤 砂锅鱼一头炖鱼一丸 豆腐煮蟹 洞庭回头鱼 天麻炖羊头 香菜羊肉蛋汤 桂参大枣猪心汤 塘虱白一煲黑豆汤 灵芝煲老龟 橄榄木耳炖猪肉 虫花灵芝炖鸡 第四部分 滋阴助阳之汤 牛鞭姜汤 苡蓉黄精氍骨汤 鳗鱼枸杞汤 人参甲鱼一炖老鸽 菜胆肉丸杏仁汤 花胶水鸭汤 童鸡响螺淮山汤 莲子淮山鸽子汤 生姜鸽子汤 鱼翅螺头虫草汤 炖羊鞭 海哲马蹄萝卜汤 红枣鸡肉巴戟天炖鹿尾 干贝花胶炖乌鸡 巴戟苡蓉炖鹿鞭 花旗参甘笋煲鸡汤 野生金霍斛炖龟 海龙海马炖海狗 红参海马炖鸡 啤梨煲鸡汤 乌鸡炖鹿鞭 炖羊胎盘 北芪枸杞乳鸽汤 锅仔黄酒浸双宝 羊腰滋补汤 酸菜全羊汤 富贵五珍锅 巴戟花胶炖鲜鹿尾巴 第五部分 补气养血之汤 四物鸡汤 参芪枸杞猪肝历 红枣炖兔肉 牛肉莲子红枣汤 党参北芪红枣炖鹌鹑 番瓜粟米鲫鱼汤 野生金霍斛蝎子炖老鸡 排骨藕汤 羊肉汤 原味羊肚汤 童鸡桂圆肉田七汤 牛肉莲子乌鸡汤 丹参田七花旗参炖鸡 人参炖乌鸡 丹参灵芝炖鸡 海底椰炖雪蛤 参苓大枣鸡汤 老母鸡炖羊胎盘 红参肉丸汤 羊肾红枣汤 第六部分 美容养颜之汤 光泽肌肤丹参羊肉豆腐 雪蛤海鲜羹 翘臀美体萝卜甘蔗马蹄汤 花生煲猪尾 西洋菜煲鲜鸭炖汤 花菇炖竹荪 冰糖燕窝炖鸽肉 海底椰鲜鸡汤 祛寒美颜烧酒老姜土鸡 椰子银耳煲老鸡汤 木瓜色一腩煲 参芪玉米排骨汤 鱼一蟹一锅煮 青木瓜鱼头汤 黄豆炖猪手 西湖牛肉羹 北芪杞子椰子鸡汤 池底参炖羊胎 田七红参炖鸡 黄芪茯苓炖龙骨 灵芝炖鸡 生姜猪肉汤 冬菇枸杞鸡脚汤 第七部分 强劲坚骨之汤 珍珠煲草龟 红糟羊肉汤 当归九孔排骨锅 排骨菜胆汤 鲜莲冬瓜煲鸭汤 清炖牛肉 三黄鸡汤 枸杞煲鹿蹄 羊排砂锅 鲜淮山筒骨煲 海马牛大力鹿筋炖老鸡 红枣枸杞土鸡汤 米牛尾 生地煲排骨 牛大力炖鹿蹄 第八部分 养心降压之汤 归芪羊肉姜汤 黄芪鲜菇炖黄鳝 白背木耳红枣瘦肉汤 翡翠羹 上汤豆苗 素菜什锦汤 芋头煮豆苗 昆布海藻生地猪汤 大芥菜贡丸煲 菌菇瘦肉汤 木瓜雪蛤炖老鸡 天麻炖鹌鹑 海底椰炖响螺 生蚝牛蒡汤 第九部分 保肝降糖之汤 蛤蜊冬瓜盅 参须枸杞炖白鳝 红豆莲藕排骨汤 萝卜丝煮鲫鱼 瘦肉木瓜汤 水瓜竹荪汤 杨桃玉竹煲猪肉汤 蘑菇余羊肉丸 冬瓜羊肉汤 虫草鸡肉炖老龟 洋参金霍斛麦冬炖老鸡 鲜茯苓茅根炖乳鸽 沙参玉竹炖乳鸽 川芎白芷天麻炖鹌鹑 发菜鱼翅羹 金针生地鲜藕汤 番茄红薯牛肉汤

<<中华靓汤大全>>

章节摘录

插图：

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>