

《从小爱吃的家常菜》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年01月01日

开本：大16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787511342270

内容简介

《从小爱吃的家常菜(金版)》充分考虑现代快节奏都市生活的特点，精心奉上数百款色香味俱佳且又省时省力的家常美食，这些菜品材料易得，方法简单，让你一看就懂，一学就会。掌握了这些家常菜的做法，你就能在短时间内做好一桌美味可口、鲜香补益的家常菜肴。书中所选菜品虽然原料和制作方法简便易行，却不失营养和健康。在讲解做法的同时，辅以“专家点评”与“适合人群”，让你有针对性地选择食材，为家人健康配膳，烹调出色、香、味、形俱佳的营养健康的家常美食。

目录

Part 1

妈妈炒的青菜最爽口

蔬菜篇

枸杞炒玉米

玉米炒芹菜

小芹菜土豆丝

炒不烂子

清炒玉米笋

玉米炒葡萄干

多味土豆丝

洋葱炒土豆

剁椒炒土豆丝

尖椒土豆丝

土豆丝炒芹菜Part 1妈妈炒的青菜最爽口蔬菜篇枸杞炒玉米玉米炒芹菜小芹菜土豆丝

炒不烂子清炒玉米笋玉米炒葡萄干多味土豆丝洋葱炒土豆剁椒炒土豆丝尖椒土豆丝

土豆丝炒芹菜土豆炒雪菜土豆炒蒜薹口味土豆片黄蘑炒土豆片芹菜土豆片

芦笋百合炒瓜果钵子四季豆丝瓜滑子菇干椒炒花菜香菇烧花菜素熘花菜香辣贡菜

干椒炆萝卜红椒萝卜丝胡萝卜烩木耳金菇鸡毛菜三椒炒芦荟胡萝卜炒茭白辣炒冬笋

荠菜炒冬笋鱼香笋丝红枣炒竹笋炒腐皮笋清炒芦笋酸菜炒脆笋湘西小山笋辣炒竹笋

辣椒笋衣乡味湘笋尖椒炒彩玉酸菜炒粉条酸菜炒粉皮红油酸菜野菜大合炒芦笋扒冬瓜

火龙果黄金糕咸菜炒尖椒红椒小炒菜薹小瓜炒茶树菇XO酱爆生菜蒜炒包菜莴笋炒木耳

西芹炒胡萝卜炒大蒜须甜蜜四宝哈密瓜炒芦笋菠萝炒苦瓜西兰花炒面筋辣味茭白

彩椒木耳山药片片枫叶情大刀苦瓜雪里蕻炒蚕豆雪里蕻炒苦瓜雪里蕻香干酸辣藕丁

乳香香芹脆藕回锅莲藕藕片炒莲子香辣藕条炆炒蕨菜如意蕨菜蘑琥珀冬瓜素回锅肉

烧椒麦茄京扒茄子蒜香茄子蒜炒茄丝尖椒炒茄片小葱黑木耳大葱爆木耳南瓜炒百合

双椒炒嫩瓜豆豉炒南瓜百合南瓜白果炒南瓜清炒娃娃菜蒜蓉木耳菜白菜头炒芥蓝

芥蓝炒核桃仁白果烩三珍辣油苕蓝腐乳空心菜清炒益母草腊八豆炒菜梗芥菜青豆

干煸四季豆芽菜炒四季豆湘间小炒蒜蓉四棱豆白果炒五鲜板栗炒西芹西芹炒百合

西芹炒双果黄豆炒香芹香炒西芹百合双菌烩丝瓜豆腐皮炒菜心拔丝香蕉葱油炒芋头
鲜桃炒山药雀巢杂菜丁家常芋头家常炒芋头蘑菇炒圣女果西红柿炒茭白香菇蚝油菜心
鱼香柚皮辣味干豆角清炒空心菜腐竹花生芹菜清炒菜心胡萝卜炒豆芽木瓜炒银芽
南瓜炒洋葱洋葱炒芦笋双椒洋葱圈炆炒包菜辣包菜糖醋包菜双椒茄子风味茄丁Part 2
爸爸炖的肉菜最馋人畜肉篇冬笋腊肉干豆角焖腊肉黄金果香风沙肉咕噜肉卜豆角回锅肉
脆黄瓜皮炒肉泥酸豆角肉末醴陵小炒肉香酥出缸肉回锅肉白椒炒风吹肉肉丝炒蒿子杆
金牌小炒肉生爆盐煎肉金针肚丝炒五彩丝双笋炒猪肚红烧肉扒豆皮抓炒里脊
野山菌炒猪肉美极猪手小瓜炒猪心粟米炒猪心辣婆婆下饭菜关东小炒仔姜炒肉丝
香辣肉丝酸白菜炒肉丝黄花菜炒瘦肉蒜苗小炒肉爆炒五花肉台湾小炒肉末炒豆嘴
小炒乳黄瓜洋葱炒肉茭白肉片眉州辣子湘西小炒肉干豇豆回锅肉干笋炒肉尖椒炒削骨肉
干盐菜回锅肉家常小炒肉蒜薹熏干腊肉莴笋炒腊肉咸肉炒马蹄蒜苗炒腊肠荷兰豆炒腊肉
阿香婆炒排骨京味排骨蛋炒排骨香炒排骨蒜香汁爆爽肚荷蹄炒肚片泡椒脆腰条
尖椒炒腰丝洋葱炒猪肝青椒炒猪肝尖椒烧猪尾豆香炒肉皮香辣猪皮炒猪血丸子
酱辣椒炒猪杂银芽炒心丝红椒炒猪肺辣味小炒脆骨野山椒炒脆耳小炒顺风耳峨家猪拱
云南瓜炒猪舌泡椒炒大肠湘味生爆脆肠香炒大肠普洱茶香肠冬笋片炒香肠干辣椒炒香肠
葡国肠炒包菜豉油皇大肠巴国肥肠丝白菜梗炒香肠蚕豆火腿土豆烧肥牛牙签牛肉
蜜瓜炒牛肉麦香牛肉越南黑椒牛柳香笋牛肉丝青椒炒毛肚百叶炒白勺凉瓜炒牛肚
西兰花炒肚尖椒炒牛肠干椒牛骨髓牛肉苹果丝芹菜牛肉小炒牛肉大蒜牛肉粒香茅牛仔粒
干爆小牛排豌豆牛肉粒西湖鸳鸯牛肉蜀香小炒牛肉双椒炒牛肉辣炒卤牛肉泡菜牛肉
酒香牛肉生炒酱牛腩炒牛干巴铁板牛肉蒜苗炒腊牛肉竹笋炒牛肉爆炒牛柳茄干炒牛肉
铁板牛肠菠萝牛仔骨小炒牛肉丸山椒爆炒牛柳家乡小炒牛肉开胃双椒牛腩金山牛肉
杭椒炒牛柳小炒金牛筋泡椒蹄筋香菇煨蹄筋香辣牛肚牛肚炒香菇香芹炒羊肉小炒黑山羊
洋葱爆羊肉小土豆羊排叫花羊排椒丝羊排川香羊排蒜苗羊肉老干妈羊腰芝麻饼炒羊肉
红椒炒黑山羊洋葱炒羊肉双椒炒羊肉末鱼香羊肝葱爆羊肉驴肉炒竹笋青瓜炒羊片
双椒爆羊肉辣炒羊肉双椒炒羊肉迷你羊肉粒慈菇羊头肉蒜苗炒羊肉小炒羊肉芹菜炒羊肉
双椒鼓香肉雁北小羊肉风味羊腿糊辣羊蹄爆炒羊肚丝花生仁羊排尖椒爆羊杂双椒炒羊杂
花椒炒兔丁辣椒炒兔丝歪嘴兔头香辣酱兔头陈皮干椒兔肉香辣串串兔跳水兔Part 3
奶奶做的鸡翅最美味禽蛋篇腰果鸡丁西芹腰果鸡丁腰果鸡脯肉芽菜碎米鸡神仙馋嘴鸡
川东风味鸡咸鱼鸡粒芥蓝腐乳鸡鸡丝炒黄花菜五彩鸡丝菱角炒鸡片银杏鸡脆澳门咖喱鸡
玉米炒鸡肉大盘鸡西兰花炒鸡肉山城辣子鸡小炒鸡翅板栗烧鸡翅竹筒椒香鸡碧螺春鸡柳
鸡胗三圆奇妙鸡脆骨美极跳跳骨小瓜炒鸡脆骨香果鸡软骨青红椒炒鸡肝小炒鸡节骨
泡椒鸡胗蘑菇炒肾球春笋炒鸡肾酸豆角炒鸡杂.....Part 4爷爷烧的虾仁最鲜美Part 5
姥爷煮的蘑菇最滋补Part 6姥姥炖的豆腐最滑嫩Part 7姑姑包的饺子最香浓

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)