

# 《时蔬.肉类巧搭配》

## 书籍信息

版次：5

页数：

字数：

印刷时间：2012年08月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787538460148

## 内容简介

《时蔬·肉类巧搭配》依据营养均衡的科学理论，将肉类与时蔬合理搭配，既兼顾了色、香、味，又保持了膳食中的营养素，指导读者获得健康的生活。

《时蔬·肉类巧搭配》根据家常菜的特点，在菜品的选取上沿用了原料取材容易、操作简便易行的原则，每道菜肴不仅配以精美的成品图片，还将一些重点菜肴配以多幅彩图加以步步详解，让读者能够抓住重点，快速掌握，烹调出美味且营养健康的家常美食，达到一学就会的效果。

## 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高级研究员，辽宁创新菜联盟主席。曾参与和主编饮食类图书近200部，被誉为“中华儒厨”。2001年赴台北中华美食展，获“厨艺超群”金鼎奖杯；2002年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”；2003年成为“国际认证行政总厨”；2004年获“中国百名行业创新杰出人物金像奖”；2005年被授予“博士学位”；2006年被评选为中国餐饮业专家委员会委员；2007年获中国饭店经理人网颁发的“特别荣誉奖”；2008年被法国国际美食会、世界奥古斯名厨美食会聘为大中华区荣誉主席，并授予“美食博士”“优质蓝带三星勋章”“杰出酒店管理专家骑士勋章”；2009年获中国管理科学研究院专家委员会颁发的“共和国杰出专家”荣誉勋章，并授予“专家终身成就奖”；2010年获世界御厨协会授予“远东区御厨最高骑士荣誉勋章”，中国饭店协会授予“中国名厨状元”荣誉称号，并获“中国餐饮业十大职业经理人”；2011年被聘为法国蓝带烹饪艺术学院亚太区分院名誉教授，并获“法国蓝带最高骑士荣誉勋章”。

## 目录

食材的清洗窍门

青笋的处理

茭白的处理

荸荠去皮

西蓝花择洗

西红柿去皮

苦瓜的处理  
鸭肠清洗  
猪腰的处理  
鸡胸肉的处理  
黄鱼清洗  
河虾的处理  
海蜇的处理

[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)