

# 《老公老婆私房家常菜》

## 图书基本信息

书名：《老公老婆私房家常菜》

13位ISBN编号：9787538434880

10位ISBN编号：7538434887

出版时间：2008-2

出版社：吉林科学技术出版社

作者：夏金龙 编

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《老公老婆私房家常菜》

## 内容概要

《老公老婆:私房家常菜》包括菜谱有：靓白润肤去皱的菜、提升精力的菜、增强免疫力的菜、美体瘦身的菜、老公，老婆增强体质的菜、老公常吃补肾菜、预防"三高"的菜等。你的健康就是她的健康，你的健康也是他的健康，彼此的健康才是全家人的健康。

# 《老公老婆私房家常菜》

## 作者简介

夏金龙，中国烹饪大师、高级营养师，央视“天天饮食”菜谱编写顾问，国际影星成龙中国长春行，随身饮食营养顾问。

由夏金龙主编的《煲汤1000样》，2005-2007年连续3年被开卷图书排行榜评为大众美食类畅销书，在全国各大书城均登上畅销排行榜，为国内目前煲汤类菜谱销量

# 《老公老婆私房家常菜》

## 书籍目录

靓白润肤去皱的菜 辣炒羊肉丝 卤蹄筋 干炸肉段 菠菜板栗鸡汤 鸡蛋蒸肉丸 金丝松茸菌排  
红酒开洋杏鲍菇 素炒茶菇什锦 姬菇豆花 三色珍珠提升精力的菜 奶油银耳扒西兰 玉米虎掌烧  
鲍片 蟹味菇滑炒鲍鱼丝 草菇炒四角豆 榆耳烧唐菜 火爆羊肚菌 冬瓜烧鸡枞菌 扫把金针菇  
荷兰百合北风菌 如意金条增强免疫力的菜 果脯鹅蛋菌 荷兰豆拌蟹柳 松仁菜心 麻辣南瓜 银  
耳炖白鸽 天麻咱芎鱼头煲 麻仁卤香菇 香乳黄瓜 酱胡萝卜什锦 瓜片夏贝黄 刺身赤贝 松茸  
青笋烩鱼肚 香干拌核桃丁 胗菌酸辣汤 墨鱼油菜汤 淮山板栗乌鸡汤 鱼汤余北极贝 鹿肉卷心  
菜烩马铃薯 鱿鱼山药汤 鱼羊鲜汤 腊肉南瓜汤 芥菜丝瓜瘦肉汤 萝卜牛蛙丝瓜汤 鲜鱼野菜汤  
杜仲牛膝猪手汤 肉片油菜汤 草菇海鲜汤 田七木瓜仔鸡汤 莴笋海鲜汤 虫草圆肉炖龟肉 苹  
果洋葱汤 排骨洋葱南瓜汤 牛肉莲藕黄豆汤 猪蹄花生汤 三色虾球汤 番茄鱼汤 芋头荸荠汤  
黄芪灵芝鸡肉汤 田螺汤 干白果蔬浸汁 莲藕炖猪尾 什锦蔬菜汤 五色蔬菜汤 杂烩蔬菜汤 芥  
菜山药汤 海鲜烩菌 香橙冬瓜汤 芒果珍珠雪蛤 首乌羊排汤 四季豆心管汤 羊肉洋葱汤 西葫  
芦鸡片汤 牡蛎白菜年糕汤 奶汤藕块 白术茯苓鸡汤 扒羊蹄 刀鱼煮南瓜 蔬菜球鱿鱼汤 酸辣  
虾尾汤 人参阿胶乌骨鸡 萝卜大蒜牛腩汤 冬木耳煨仔鸡 蒜茸凤爪 盐焗手撕捞鸡 卤鸡腿肉  
卤鸡肝 酱鸡翅尖 熏童子鸡 熏鸡腿 干炸鸡块 炸八块 肉丝炒三丝 丝瓜肉片 芥菜里脊肉  
片 花仁肉丁 卤味千层耳 桃梨焖牛肉 牛肉丝炒粉 贡莱草菇棒鱼汤 炖牛蹄筋美体瘦身的菜  
五花肉荸荠汤 紫菜瘦肉花生汤 鲁式炒肉 羊肉雪耳藕片汤 荷兰豆肉片汤 鱼肉豆腐汤 蘑菇炖  
豆腐 咖喱鸡汤玉米笋 鲩鱼冬瓜汤 冬瓜海带鸭骨汤 冬笋莴苣汤 豆腐笋丝蟹肉汤 紫苏咖喱荸  
荠汤 豆腐生菜肉丝汤 豆腐黄瓜排骨汤 螃蟹瘦肉冬瓜汤 腐竹瓜片汤 凤爪排骨栗子汤 番茄玉  
米汤 清汤蟹味菇 凤菇莲花汤 杂锦鱿鱼汤 黄瓜钱豆板汤 虾子白菜汤 生姜酸菜墨鱼汤 牛肉  
苦瓜汤 三丝鱼汤 珧柱海带煲蚝豉 雪梨响螺百合汤 紫菜冬菇肉丝汤 海参菜豆腐丸子汤 金针  
木耳瘦肉汤 黄芪鲫鱼汤 红绿豆珧柱瘦肉汤 草决明杞子牛肉汤 猪肉白菜汤 油菜玉米汤 荸荠  
豆腐紫菜汤 菠菜猪肝汤 花生牛肉汤 合川肉片 鱼肉芒果咖喱汤 干贝冬瓜汤 水煮喇叭小龙虾  
竹荪甜角乌鸡汤 白蘑时蔬沙拉老公,老婆增强体质的菜 沙拉牛舌 水晶牛肉 海带炖牛肉块  
熘肉段 熘三样 熘肝尖 熘胸口 酱爆肚仁 清爆羊肚 炒肚丝 杭椒牛柳 金银蛋烧排骨 芦笋  
菠菜汤 红烧肉 红烧狮子头 红烧牛蹄筋 红烧猪尾 家常烤牛肉 栗子蒸酥肉 肉片炒蒜薹 莲  
花肉丝 松茸扒牛排 风味蒸肉 炒三鲜肉 宫保肉丁 糟熘肉片 糖醋咕老肉 花椒肉 鱼香牛肉  
丝 生菜牛肉 豉椒牛肉 三色爆肚片 青蒜炒肚片 椒盐鸡翅 辣子鸡丁 软炸鸡 咖喱鸡块 酱  
爆鸡丁 鱼香鸡肝 黄焖鸡块 红扒鸡 人参蒸乌鸡 葱烧鲫鱼 双椒墨鱼仔 木耳香葱爆河虾  
豆板虾仁 鱼米映红椒 五彩滑鱼片 碧绿绣虾仁 鳝丝炒韭黄 红烧双冬鲈鱼 吞扒鲈鱼段 象眼  
鱼卷 双色鱼丸 五彩鱼丝 柱侯煎鱼排 双黄鱼片 韭黄鱼丝 石鱼滑蛋 醋爆鱼丁 鸡腿鲈鱼  
板栗鸡油炖羊肉 鲍鱼菇青笋煲双瓜 鲜菇鲈鱼 奶汤鲫鱼 珊瑚鱼骨汤 极品珍菌佛跳墙 扒三白  
红杞煨猪手 当归煨牛白奶 菌香寸骨 荷香蒸排骨 土豆烧猪尾 姜丝肉 芦笋鱿鱼汤 参芪泥  
鳅汤 番茄豆腐鱼丸汤 丹参龙眼猪心汤 萝卜马铃薯猪骨汤 花生鱼头汤 枸杞鸡肝汤 淮山杞子  
炖田鸡 清炖鲫鱼汤 花旗参瘦肉汤 首乌鸡汤 参归乌鸡汤 参归鲳鱼汤 莲子珧柱瘦肉汤 杞龟  
汤 油茶鸽蛋汤 猪肝肚领汤 花生大蒜排骨汤 乌鸡莼菜汤 墨鱼仔烧肉汤 雪菜牛肉汤 板栗花  
生汤 猪蹄筋黄豆汤 参芪肉丸萝卜汤 枸杞叶猪肝汤 鸽肉萝卜汤 肉末小马铃薯汤 兔肉香芋汤  
南瓜牛肉汤 辣味牛肉马铃薯汤 桔梗牛杂汤 羊肉山药青豆汤 牛肉萝卜汤 白玉火腿夹 鳕鱼  
薯块洋葱汤 香芹藕片八爪鱼汤 螃蟹鱼肚冬瓜汤 虫草人参甲鱼汤 银耳豆腐汤 草果陈皮青鱼汤  
栗子参鸡汤 甘草白术鱼汤 上汤飞蟹 鸡肉炖冬瓜 白萝卜海鲜汤 泡菜鲳鱼汤 鳕鱼酱汤 菠  
菜火腿猪肝汤 米露煮香芋地瓜 玉米菠菜蛤蜊汤 猪肘油豆腐蘑菇汤 淮山杞子炖水鸭 参竹圆肉  
羊心汤 黄芪瘦肉汤 冬菇栗子鸡肉汤 黄精瘦肉汤 陈皮猪肉汤 香辣鱿鱼汤 卷心菜花蛤汤 参  
须玉竹猪腱汤 陈皮老鸭蘑菇汤 田螺金华煲水鸭 酥肉烩全蘑 甘草莲心水果饮 冬瓜猪肋汤 西  
兰花瘦肉汤 冬瓜珧柱炖鸭 三莲鸡肉汤 冬瓜海带排骨汤 醋熘白菜 归圆鸡肉汤 凤爪枸杞水鱼  
汤 鲤鱼苦瓜汤 芥兰排骨汤 甘蓝猪肉苹果汤 牛肉口蘑雪豆汤 孜然牛肉蔬菜汤 猪肉末茄条汤  
银杏芋头鱼肚汤 牛肉萝卜豌豆汤 砂仁猪肚莲藕汤 大豆芽沙丁鱼汤 山药胡萝卜鸡汤 冬瓜排  
骨汤 鲈鱼汤 牛肉番茄汤 冬瓜炖羊肉 熘腰花 干炸狗肉 板栗红枣烧羊肉老公常吃补肾菜 干  
炸腰花 爆羊肉片 辣子八宝腰丁 乳汁牛蛙 虫草双花焖鹿筋 栗子焖羊肉 口蘑烧羊腿 蜜汁烤

# 《老公老婆私房家常菜》

羊腰 番茄蒸鹿肉 八宝辣子腰 双椒爆腰花 孜然羊肉 葱爆羊肉 桂花羊肉 田七杜仲猪腰汤  
柠檬红鲳鱼汤 海参鹅蛋菌汤 银耳银杏乌鸡汤 香菇鱼翅羹 珍珠羊肉丸子 香滑鸡球 羊杂蘑菇  
汤 清炸腰片 返老还童汤 莼菜鸽蛋汤 百合大枣甲鱼汤 鹿肉什蔬汤 猪腰菜花汤 鹌鹑莲藕汤  
鱼肚鸡汤 淮山芡实海马鹿肉汤 凉瓜排骨老人头汤 鸡腿菇煲鹿肉 榆耳煲鹿鞭 肉丸白菜粉丝  
汤 明虾白菜蘑菇汤 海参汤 参须天麻乳鸽汤 北芪党参煲鸡肾 丁香牛蛋汤 鱼肚鲜虾苦瓜汤  
鲜带子蔬菜汤 鲜丝瓜鱼汤 童子甲鱼汤 海胆蛋黄汤 冬瓜鲜虾豌豆汤 滋补灵芝壮阳汤 羊肉  
藕片汤 干贝油菜汤 海马乳鸽金针汤 芥菜凤尾菇煲猪腰 人参鹿茸杞鞭汤 小龙虾汤 老干妈一  
品香 滋补鞭汤 富贵海鲜汤 一品竹荪蛋 补肾蛤蚧汤 白菜香菇蹄花汤 香茶鸽蛋牛肉汤 参果  
炖瘦肉汤 烧汁鸽蛋牛肉汤 淮山炖乳鸽 无花果羊杂山药汤 蜜枣菜干乌鸡汤 黑豆小麦猪腰汤  
牛筋花生汤 羊肉大补汤 牛筋腊肉汤 鹿茸片老鸽汤 娃娃菜鲜鱼汤预防“三高”的菜 芦笋拌金  
钱肚 猪肝炒芹菜 胡萝卜炒肉丝 海带丝炒肉 糖醋白菜 蒜香苋菜 生煨豆苗菜 黄瓜炒冬笋  
油焖春笋 家常冬笋 黑木耳瘦肉红枣汤 茭白肉片 苦瓜炒肉片 炒鸡丝蕨菜 韭菜炒毛豆 素爆  
鸡丁 素炒大肠 姜米炒青菜 酱汁春笋 雪梨素鱼片 焖茭白 鱼香茭白 滑炒素虾仁 熘番茄  
青椒炒茄丝 炒苦瓜丝 腐乳汁茭白 茭白辣椒炒毛豆 焖蒜苗 青椒土豆丝 素炒三丁 干煸青椒  
芙蓉冬瓜 西芹杏仁花枝片 芥蓝腰果炒香菇 碧绿银杏 家常豆腐 虾仁豆腐 铁板豆腐 桂花  
豆腐 糖醋柿子椒 酱爆青椒 鸡油扁豆 榄菜四季豆 香菇豆腐 木耳炒豆腐 雪菜炒千张 拔丝  
豆腐 翡翠豆腐 果味豆腐 浮油豆腐 毛豆炒豆干 豆腐皮松 雪菜炒豆腐 开洋绿豆芽 黄豆  
芽炒粉条 芙蓉豆腐 豆角菜花汤 鸡蛋炒豆腐 四色豆腐 开洋豆腐 五香豆干丝 地瓜荷兰豆汤  
银耳杏仁苹果汤 马铃薯三丝清汤 油菜香菇汤 白菜地瓜豆皮汤 番茄草菇汤附录 给老婆的秘  
籍 胸部的美学标准 健康胸部标准 让你的胸部挺起来 健胸韵律操 完美俯卧掌  
美胸哑铃操 挺立集中操 家庭健胸快易行 5项运动帮你丰胸 减肥不减胸 胸部防垂8  
法 赶走色斑靓起来 长斑了!怎么搞的 黑色毒是怎样形成的 色斑出现的外因 色斑出  
现的内因 你的色斑在哪里 关于紫外线的Q&A 几种色斑的区分 干性肌肤如何预防色  
斑 色斑,走开——中医疗法 色斑,走开——西医疗法 给老公的秘籍 男人健康11条标准  
男人的面子问题 各年龄段男人锻炼方法

# 《老公老婆私房家常菜》

章节摘录

插图：

# 《老公老婆私房家常菜》

## 编辑推荐

《老公老婆:私房家常菜》是送给每对夫妻的第一本健康菜谱书。你的健康就是她的健康，你的健康也是他的健康，彼此的健康才是全家人的健康。由夏金龙主编的《煲汤1000样》，2005-2007年连续3年被开卷图书排行榜评为大众美食类畅销书，在全国各大书城均登上畅销排行榜，为国内目前煲汤类菜谱销量前三名，港澳台地区版权已被台湾世茂出版公司、世潮出版公司、智富出版公司购买，在上述地区成为美食类畅销书。《老公老婆私房家常菜》、《老爸老妈养生家常菜》是他最新推出的又一力作。

# 《老公老婆私房家常菜》

## 精彩短评

- 1、不错，老婆正照着书给我做菜，呵呵
- 2、我认为老公老婆/私房家常菜这本书很不错哦！！它里面的菜式都是我们日常生活中的菜，而且还可以按照个人的需求可以选择那方面的菜。就例如,免疫力差的人就选择吃增强免疫力的菜系列的菜·有图也有详细的说明，很好哦！！
- 3、整体来说不错，不过，去斑方法不具体，没有具体的食物治疗。其他，都方面都不错
- 4、图片精美，但实用性不强，制作介绍不详细。
- 5、我觉得还不错的一本书·困难的是我在市场有很多菜\材料买不到的
- 6、书质量很好，彩页的看起来也很有食欲，如果能有更多折扣就好了。缺点是没有目录，找起来不是很方便。
- 7、菜样是很多，总感觉利用不起来。
- 8、书的质量不错，很喜欢~~但是里面的材料不是很好找哦！总体感觉不错，个人很喜欢
- 9、好多材料都难买，不实用。
- 10、挺好的书.挺实用
- 11、好些材料不是现成能找到的,书页挺精美的。如果多些家常菜就好了。
- 12、里面内容很喜欢，又买了一套给一对刚结婚的同学，里面还可以写赠言



# 《老公老婆私房家常菜》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)