

《十分钟学会炒饭炒面》

图书基本信息

书名：《十分钟学会炒饭炒面》

13位ISBN编号：9787538869433

出版时间：2015-2

作者：甘智荣

页数：340

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

《十分钟学会炒饭炒面》

内容概要

本书共分为三章。第一章着重介绍关于炒饭炒面的小常识，帮助你了解制作美食的专家诀窍。第二章是炒饭篇，精心罗列出151道嚼劲十足的炒饭，搭配不同的食材和调味料，天天都能吃出花样。第三章是炒面篇，其中涵盖了各种面与粉的炒法，钟意哪一款，就做那一款，玩转粉面，不在话下！

《十分钟学会炒饭炒面》

作者简介

甘智荣，从事烹饪工作多年，担任东南教育集团烹饪专业主任、讲师以及多家大型酒店的策划师和技术顾问。精通粤、川、湘、赣、闽等诸多菜系的烹调，擅长食品雕刻、冷盘制作和面点工艺。其雕刻作品多次在香港、日本和加拿大等国家及地区参展和交流，在国际烹饪大赛中多次抱金揽银，同时传授学员遍及全国，桃李满天下。2002年创办了“智荣厨艺网”（www.zhirongcook.com）。为更多的厨师和厨艺爱好者就业、出国及切磋厨艺提供了平台。

甘智荣与烹饪专业有着不解之缘，在技术上敢于推陈出新，与时俱进是他在烹饪界追求的目标，几十年如一日。在烹饪领域里不断寻求探索专业技法的精髓，传授别人的同时也丰富了自己的专业水平。并曾在酒店及多家烹饪报刊上做过专业技能讲座，参与编写了《饮食与健康》、《四季饮食》等书，弘扬了中华饮食。

《十分钟学会炒饭炒面》

书籍目录

十分钟学会炒饭炒面

PART1你不可不知的炒饭炒面常识

各式各样的面与粉002

公仔面002

拉面003

乌冬面004

意大利面005

蝴蝶面006

荞麦面007

河粉008

红薯粉008

米粉009

面筋010

怎样做好吃的炒饭炒面011

如何炒好饭011

如何炒好面012

如何炒好米粉013

如何炒好河粉014

常与炒饭炒面搭配的食材015

胡萝卜015

绿豆芽015

包菜016

芹菜016

洋葱017

西红柿017

韭菜017

土豆018

豆角019

香菇019

木耳019

蒜薹020

猪肉020

牛肉020

鸡肉021

鸡蛋021

虾022

墨鱼022

苹果022

PART2炒饭篇

泡菜炒饭024

香芹炒饭025

茼蒿炒饭026

茼蒿饭027

茼蒿萝卜干炒饭028

橄榄菜炒饭029

干菜酱油炒饭030

韭菜蛋炒饭031

《十分钟学会炒饭炒面》

芥蓝炒饭032
苦瓜炒饭033
茄子炒饭034
五色健康炒饭035
土豆炒饭036
南瓜炒饭037
椰浆香芋炒饭038
胡萝卜苹果炒饭039
什锦炒软饭040
三色黄金炒饭041
紫菜炒饭042
怪噜炒米饭043
酱油炒饭044
香浓牛奶炒饭045
黄姜炒饭046
黄花菜咖喱炒饭047
鲜蔬炒饭048
什锦炒饭049
香菇木耳炒饭050
香菇炒饭051
茴香炒饭052
平菇炒饭053
松茸炒饭054
奶酪姬松茸炒饭055
腐乳炒饭056
栗子炒饭057
核桃仁炒饭058
菠萝水果炒饭059
苹果炒饭060
菠萝炒饭061
芒果咖喱炒饭062
木瓜炒饭063
火龙果炒饭064
草莓炒饭065
西皮炒饭066
年糕炒饭067
油条炒饭068
奶酪炒饭069
辣白菜炒饭070
猪肉脯炒饭071
咖喱炒饭072
回锅肉炒饭073
榨菜肉丝紫菜炒饭074
雪菜肉丝鸡蛋炒饭075
芽菜肉丝炒饭076
花菇炒饭077
叉烧炒饭078
菠菜叉烧炒饭079
特色香辣炒饭080

《十分钟学会炒饭炒面》

香葱肉松炒饭081
菠萝肉松炒饭082
培根辣白菜炒饭083
培根什蔬蛋炒饭084
蒜蓉芦笋培根炒饭085
牛油果培根炒饭086
腊味炒饭087
腊肉辣炒饭088
腊肉豌豆饭089
松子玉米炒饭090
腊肠炒饭091
巴西炒饭092
腊味双丁炒饭093
芋头腊肠炒饭094
茼蒿叶炒饭095
开心果炒饭096
腊味土豆饭097
腊味南瓜饭098
广式腊肠鸡蛋炒饭099
腊味蛋包饭100
彩虹炒饭101
豌豆火腿炒饭102
韭菜火腿玉米炒饭103
扬州炒饭104
葡萄干炒饭105
木瓜火腿蛋炒饭106
黑米燕麦炒饭107
排骨炒饭108
菠菜猪肝炒饭109
印尼炒饭110
牛肉炒饭111
孜然牛肉炒饭112
西红柿滑蛋牛肉饭113
鲜蔬牛肉饭114
沙茶牛肉炒饭115
牛肉豆角蛋炒饭116
孜然羊肉炒饭117
沙茶羊肉炒饭118
青豆鸡丁炒饭119
豆豉鸡肉炒饭120
腰果鸡丁炒米饭121
香菇鸡肉饭122
鸡肉花生炒饭123
鸭肉炒饭124
咖喱卤蛋炒饭125
白菜炒饭126
芹菜叶蛋炒饭127
蒜苗蛋炒饭128
黄瓜鸡蛋炒饭129

《十分钟学会炒饭炒面》

黄金炒饭130
黄油西蓝花蛋炒饭131
老干妈酱炒饭132
香甜玉米蛋炒饭133
四季豆玉米蛋炒饭134
九层塔炒饭135
芽菜蘑菇蛋炒饭136
五彩果醋蛋饭137
芋头蛋炒饭138
木耳鸡蛋炒饭139
香芒蛋炒饭140
湘味蛋炒饭141
鸭蛋炒饭142
皮蛋炒饭143
咸鱼鸡丁炒饭144
咸鱼鸡丁蛋炒饭145
海鲜炒饭146
蒜蓉鱿鱼炒饭147
三文鱼炒饭148
猕猴桃三文鱼炒饭149
金枪鱼芝士炒饭150
鳕鱼炒饭151
金葱鲍鱼粒炒饭152
美味鳗鱼炒饭153
豆豉鲑鱼炒饭154
南瓜虾仁炒饭155
虾仁蔬菜炒饭156
雪菜虾仁炒饭157
榄菜虾仁炒饭158
鲜虾翡翠炒饭159
XO酱广州炒饭160
虾球鸡丁炒饭161
泰式虾仁炒饭162
福建炒饭163
海鲜咖喱炒饭164
生炒糯米饭165
虾仁白果蛋炒饭166
咖喱虾仁炒饭167
牛油果虾仁炒饭168
蛤蜊炒饭169
蛤蜊杂粮饭170
干贝炒饭171
干贝炒蛋饭172
蛋白瑶柱炒饭173
美式海鲜炒饭174
PART3炒面篇
白菜丝炒面176
韩式辣酱炒面177
娃娃菜番茄酱炒面178

《十分钟学会炒饭炒面》

日式咖喱炒面179
家常炒油面180
素小炒面181
三丝炒面182
香辣包菜炒面183
包菜胡萝卜炒面184
秘制炒面185
花边炒面186
油菜素炒面187
菠菜炒面188
缤纷小炒面189
橄榄油炒面190
韭菜炒黄面191
川味酸菜炒面192
黄瓜胡萝卜素炒面193
陈醋炒面194
豉油皇炒面195
蔬菜炒面196
丁丁炒面197
简易炒面条198
什锦酱炒公仔面199
双酱汁炒面200
红椒蒜苗炒面201
素三丝炒面202
三鲜炒面203
川味炒面204
胡萝卜丝炒面205
什锦蝴蝶面206
杂蔬炒面207
西葫芦炒面208
泰式炒乌冬面209
蚝油茄汁刀削面210
紫甘蓝面条211
什锦炒面212
四季豆炒面213
黄豆芽炒面214
炒公仔面215
豆芽韭菜炒面216
孜然炒面217
香菇油菜炒面218
木耳炒面219
金针菇炒面220
蚝油菇蔬炒面221
素炒面222
南炒面223
香辣炒面224
酱油炒面225
什锦炒乌冬226
肉丝炒面227

《十分钟学会炒饭炒面》

肉丝小炒面228
葱油肉片炒面229
什锦肉炒面230
肉丝包菜炒面231
白菜肉丝蒜薹炒面232
肉酱空心意面233
空心菜肉丝荞麦面234
猪肉杂蔬炒面条235
青菜肉丝炒面236
青椒肉丝炒面237
孜然肉丝炒面238
韭菜肉丝炒面239
煎炒面240
土豆炒面241
和风炒面242
客家炒面243
香菇番茄酱肉丁炒面244
五丝炒面245
蒜薹肉丝炒面246
蔬菜肉丝炒面247
爱心炒面248
胡萝卜芹菜肉丝炒面249
苦瓜肉丝炒面250
茭白肉丝炒面251
豆角肉丝炒面252
山西家常炒面253
鱼香肉丝炒面254
培根炒意面255
黑椒培根炒乌冬面256
三丝培根炒面257
姜汁香菇炒面258
洋葱猪肝炒面259
快手炒面260
腊肉土豆豆角炒面261
洋葱腊味炒面262
炒面263
腊肠炒面264
炒乌冬面265
火腿鸡蛋炒面266
火腿炒面267
营养炒面268
懒人咖喱炒面269
洋葱火腿炒面270
豉油王三丝炒面271
中式意大利面272
绝味炒面273
豆角雪菜炒面274
老干妈豆豉酱炒面275
牛肉炒面276

《十分钟学会炒饭炒面》

豆角炒面277
黑椒牛柳炒面278
口蘑牛肉意面279
新疆炒面280
羊肉胡萝卜白菜炒面281
二节子炒面282
干煸炒面283
健康炒面284
照烧鸡腿炒面285
鸡蛋炒面286
家常炒面287
鸡蛋菜心炒面288
西红柿鸡蛋炒面289
黄瓜鸡蛋炒面290
蒜薹鸡蛋炒面291
蛋酱炒面292
豆角鸡蛋炒面293
荷兰豆鸡蛋面294
蛋炒方便面295
鸡蛋肉片炒面296
火腿煎蛋炒面297
蒜蓉鲜虾炒面298
虾干炒面299
虾仁胡萝卜炒面300
虾仁炒面301
西洋菜虾仁炒面302
咖喱炒乌冬303
海味炒泡面304
海鲜炒乌冬面305
咖喱虾仁炒乌冬306
日式墨鱼鲜虾乌冬面307
糖醋炒面筋308
炒面筋309
星洲米粉310
泰式炒米粉311
缤纷彩丝炒米粉312
油炸腐竹炒米粉313
包菜炒米粉314
台湾炒米粉315
新疆炒米粉316
鸡蛋炒米粉317
咖喱炒米粉318
香菇肉丝炒粉319
老干妈酱炒粉320
炒粉321
什锦蔬菜炒河粉322
榨菜炒河粉323
泰国炒河粉324
多彩炒河粉325

《十分钟学会炒饭炒面》

芹菜猪肉炒河粉326
叉烧炒河粉327
牛肉粒炒河粉328
豆芽炒粉丝329
酸菜炒粉丝330
什锦炒粉331
酸辣炒粉丝332
铁板腊味粉丝333
青椒炒粉丝334
XO酱炒粉丝335
大头菜炒粉条336
肉末炒粉条337
腊肉炒粉条338
辣香炒粉皮339
肉末炒粉皮340

《十分钟学会炒饭炒面》

精彩短评

1、挺好的，我学会了

《十分钟学会炒饭炒面》

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