

《巧厨娘第三季:海河鲜，游到碗里》

图书基本信息

书名：《巧厨娘第三季:海河鲜，游到碗里来》

13位ISBN编号：9787555212773

作者：蜜糖

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

《巧厨娘第三季:海河鲜，游到碗》

内容概要

水产盛宴，“鲜”不可挡。新浪美食名博蜜糖，强力推荐150款海鲜河鲜菜品，2000张步骤图。鱼虾蟹贝小海鲜，海参鲍鱼大龙虾，统统碗里来！细致讲解，超级“啰嗦”的分步演示，让你鲜到没有朋友！

本书邀请了大海里的“居民”和江河湖泊里的“土著”联袂出演，“鲜”拔头筹，鲜到没朋友。这里有小海鲜之王——蛤蜊，有蛋白质宝库——虾，有滋补臻品——海参、鲍鱼，有食中珍味——螃蟹，有鲜美爽脆的海肠、鱿鱼、八带，有鲜美又弹牙的贝类。当然，更少不了让人欲罢不能的鱼类。海鲜，河鲜，快游到碗里来。

《巧厨娘第三季:海河鲜，游到碗》

作者简介

蜜糖，本名原化。现居青岛，新浪美食博主、自由主妇。艺术专业出身，热爱美食，崇尚完美，兴趣广泛。典型的理想主义者，因二宝的缘故回归家庭。从此，无法自拔地爱上了这烟火生活。

书籍目录

- 12 1.海鲜烹饪法宝
- 13 2.水产认知小常识
- 15 3.书中所用烹饪方法
- 16 4.从买到吃全无忧
- 24 蛤蜊拌黄瓜
- 26 姜汁毛蛤蜊
- 27 水炒蛤蜊鸡蛋
- 28 蛤蜊肉炖土豆条
- 30 毛蛤蜊拌菠菜
- 31 蛤蜊蒸蛋
- 32 辣炒蛤蜊
- 34 铁锅蛤蜊鸡
- 36 奶汤蛤蜊娃娃菜
- 38 蛤蜊丝瓜汤
- 39 蛤蜊味噌汤
- 40 氽西施舌
- 42 文蛤豆腐汤
- 44 原汤黄蛤
- 46 凉拌桃花虾
- 47 醉虾
- 48 滑蛋虾仁
- 49 盐焗虾
- 50 玉米虾仁
- 52 香辣虾
- 54 银芽炒白虾
- 55 椒盐小酥虾
- 56 秋葵炒虾仁
- 58 手撕包菜炒鲜虾
- 60 香辣干锅虾
- 62 红焖大虾
- 64 自制红亮虾油
- 66 避风塘虾
- 68 宫保虾球
- 70 萝卜炖鲜虾
- 71 西红柿鲜虾蛋花汤
- 72 鲜虾卷
- 74 月亮虾饼
- 76 三鲜虾仁饺子
- 78 黑椒开片烤虾
- 80 海龙王清汤
- 82 补钙虾皮味精
- 83 香辣小龙虾
- 84 海米冬瓜球
- 85 烧椒拌金钩
- 86 海鲜豆腐羹
- 87 鸡蛋蒸虾酱
- 88 白灼虾虎

- 90 卤虾虎
- 92 小炒鲍鱼片
- 94 豉油蒸鲍鱼
- 96 鲍鱼炖排骨
- 98 鲍鱼捞饭
- 100 渔家阿婆炖海参
- 102 冲浪活海参
- 104 海参酸辣汤
- 106 拌活海参
- 108 海虹拌菠菜
- 110 双脆拌蛭子
- 111 温拌螺片
- 112 白炒泥螺
- 113 卤水双螺
- 114 酱爆香螺
- 116 酱爆泥螺
- 117 蒜香烧汁虾夷贝
- 118 百合芦笋炒鲜贝
- 119 油泼扇贝
- 120 蒜蓉粉丝蒸扇贝
- 122 蒜蓉烤生蚝
- 124 香辣钉螺
- 126 椒油蛭皇
- 128 鱼鳞冻
- 130 醋焖黄花鱼
- 132 家常烧小黄花
- 133 雪菜烧小黄花
- 134 五香小黄花
- 136 干煎带鱼
- 137 辣子带鱼
- 138 手撕鲅鱼
- 140 五香熏鲅鱼
- 142 干烧平鱼
- 144 干炸沙丁
- 145 清蒸海参斑
- 146 清蒸野生黑头鱼
- 148 清蒸偏口
- 150 开屏鲈鱼
- 152 小鱼花生
- 153 香煎三文鱼
- 154 酱烧开凌梭
- 156 海盐烤秋刀鱼
- 158 咸鱼炒饼子
- 160 砂锅焗鱼头
- 161 光鱼豆腐汤
- 162 玫瑰风情三文鱼
- 163 芙蓉鱼卷
- 164 清汤鱼丸
- 166 鳗鱼饭

- 168 黄花鱼馅饺子
- 170 鱼丸粗面
- 172 牡丹鱼片
- 174 口水鱼片
- 176 剁椒鱼头
- 178 酸菜鱼
- 180 菊花鱼
- 182 水煮鱼
- 184 川香黄辣丁
- 186 养生薏仁红豆烧鲫鱼
- 187 炭火鲫鱼
- 188 酥鲫鱼
- 190 蒜子烧黄鳝
- 192 铁板鲶鱼
- 194 皮蛋鱼片汤
- 196 椒盐酥泥鳅
- 198 盐焗蟹
- 200 水煮大闸蟹
- 202 蟹粉狮子头
- 204 清蒸梭子蟹
- 205 生呛螃蟹
- 206 螃蟹炒年糕
- 208 螃蟹海鲜疙瘩汤
- 210 十八斩呛蟹
- 212 芥末八带
- 214 葱拌八带
- 215 吉列鱿鱼圈
- 216 彩椒爆鲜鱿
- 218 酱爆鱿鱼
- 220 家乡炒海肠
- 222 韭菜炒海肠
- 224 海肠饺子
- 226 干煎孜然海肠
- 228 老醋蜇头
- 230 黄瓜拌蜇皮
- 231 菜心蜇皮
- 232 笔管白菜炖冻豆腐
- 234 墨鱼烧五花肉
- 236 爽口海凉粉

《巧厨娘第三季:海河鲜，游到碗》

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