

# 教你学做饭



[教你学做饭 下载链接1](#)

著者:于如龙

出版者:中国少年儿童出版社

出版时间:1998-09

装帧:平装

isbn:9787500742746

教你学做饭, ISBN: 9787500742746, 作者: 于如龙 张继凌 编辑

作者介绍:

目录: 目录

一、吃的重要性

“吃”是人生头等重要的问题

“吃”也是文化

“吃”是生活乐趣

会吃是一种艺术才能

烧菜做饭显示自立精神和生活能力

二、先解决“饿不着”的问题

安全用火和用刀

熬一碗粥

摊一个小饼

煮面条

拌一个菜

鸡蛋的几种做法 (白煮鸡蛋、摊鸡蛋、炒鸡蛋、煎鸡蛋、蒸蛋羹、荷包蛋、鸡蛋汤)

什么叫“少许”

做一锅米饭

怎样炒米饭

豆腐的几种做法 (豆腐汤、拌豆腐、烧豆腐、炖豆腐)

学做几个家常素菜 (醋溜白菜、烧萝卜、焖扁豆、炒圆白菜、炒土豆丝、炒油菜)

炒蔬菜的要点

说一说“葱蘸酱”

做一些应急的小菜 (煮花生米、煮茶叶蛋、凉拌菜  
酱油黄豆)

三、学做“馆子菜”

学做几个馆子菜 (黄瓜熘肉片、

汆丸子、鱼香肉丝

清蒸鱼)

下手操作最重要

虚心学习事半功倍

动脑子, 发挥想像力和创造力

四、“开洋荤”

“开洋荤” (荤素沙拉、炸猪排、罗宋汤、火焰薯片)

五、主办小家宴

主办小家宴

小家宴菜谱

第一组

第二组

第三组 (拌茄泥、炸羊肉串儿、家常炖鱼、椒醋鱼头汤)

六、包饺子

七、要注意的问题

1. 营养第一

2. 讲究卫生

3. 注意安全

4. 勇于尝试

作者附言

· · · · · (收起)

[教你学做饭](#) [下载链接1](#)

标签

有福气

有福气，

⑦生存

评论

[教你学做饭](#) [下载链接1](#)

书评

[教你学做饭](#) [下载链接1](#)