

# 妙手家常菜精选



[妙手家常菜精选 下载链接1](#)

著者:高钢辉 等

出版者:汕头大学出版社

出版时间:2008

装帧:

isbn:9787811203257

汕头大学出版社出版的《妙手家常菜精选》包括《家常营养蔬菜72种》《家常秘制高汤40种》《家常手工丸子40种》《家常地道广东粥35种》《家常诱人排骨30种》等，均使用同一ISBN。

作者介绍:

高钢辉，拥有中餐烹调级证照的高钢辉师傅，出生于香港，因厨艺精湛，于1986年，被顺北葡苑海鲜酒楼挖角聘请业台，目前担任台北西华饭店怡园餐厅行政主厨。专精料理之余，对于餐饮管理教学更是不遗余力，现任职于景文技术学院餐饮管理科中餐技术讲师，及杨桃烹饪学校料理讲师。曾出版《美味的鱼浆》、《炒饭·烩饭》、《30种炸鸡秘方曝光》等书。

目录: 导读  
来自记忆深处的温暖记忆 广东粥  
熬煮美味的第一课  
适合煮粥的谷类  
提味食材立大功  
粥底秘诀大公开  
美味可口的白粥  
基础广东粥  
TOP20经典人气粥  
状元及第粥  
皮蛋瘦肉粥  
滑蛋牛肉粥  
鱼片粥  
金银带子粥  
香菇鸡球粥  
鲍鱼鸡肉粥  
什锦海鲜粥  
香芋排骨粥  
蕃茄排骨粥  
香菇玉米粥  
蚵仔粥  
鸭肉粥  
干贝田鸡粥  
味噌海鲜粥  
罗汉粥  
人参鸡粥  
台式咸粥  
腊八粥  
白木耳苹果瘦肉粥  
15道窈窕养生粥  
薏仁美白粥  
山楂消脂粥  
玉竹鸡肉粥  
紫米补血粥  
百合莲子红豆粥  
荷叶消暑粥  
美颜白果粥  
健胃麦芽粥  
消肿牛蒡粥  
小米八宝粥  
菊花养生粥  
润肤鲜藕粥  
养生冬虫夏草粥  
长寿地瓜粥  
止咳川贝雪梨粥  
10道搭配粥的小菜  
炒空心菜

麻香豆腐  
凉拌耳丝  
菜脯蛋  
丁香花生  
鱼香茄子  
蒜茸地瓜叶  
蒜炒香肠  
干煸四季豆  
清蒸小卷  
附录 上班放累松煮  
配料TIPS  
· · · · · (收起)

[妙手家常菜精选\\_下载链接1\\_](#)

标签

美食

评论

-----  
[妙手家常菜精选\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[妙手家常菜精选\\_下载链接1\\_](#)