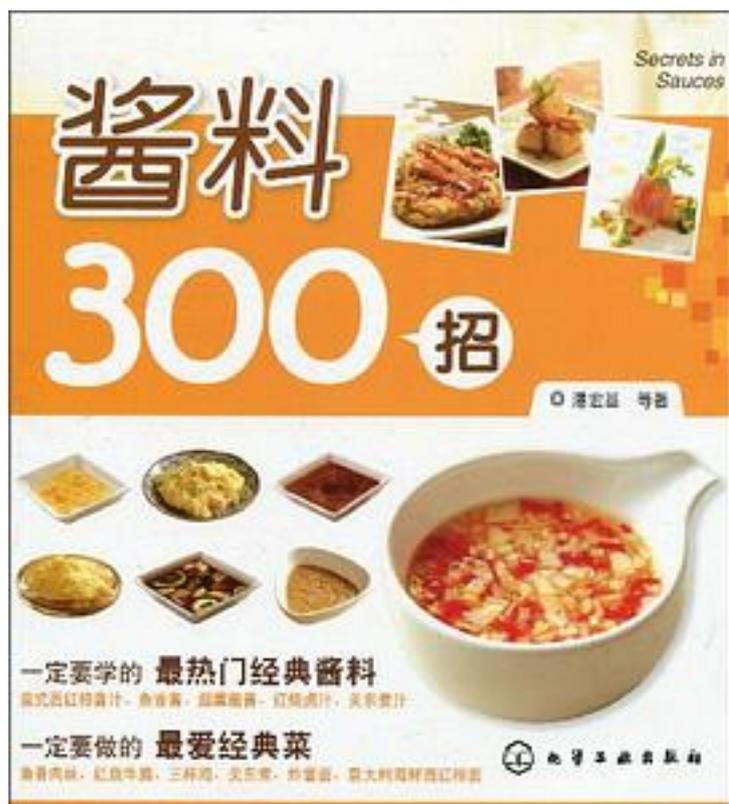


# 酱料300招



[酱料300招 下载链接1](#)

著者:潘宏基

出版者:化学工业

出版时间:2010-9

装帧:

isbn:9787122089502

《酱料300招》主要内容简介：一定要学的最热门经典酱料，意式西红柿酱汁、鱼香酱、烟熏蘸酱、红烧卤汁、关东煮汁。一定要做的最爱经典菜，鱼香肉丝、红烧牛腩、三杯鸡、关东煮、炸酱面、意大利海鲜西红柿面。

作者介绍:

目录: 第一篇 咸、辣、酸、甜酱 咸酱 Number ONE 饺子蘸酱 5 韭菜牛肉饺 5 咸酱  
Number TWO 蚬仔腌酱 6 咸蚬仔 6 咸酱 Number THREE 烟熏蘸酱 7 烟熏鸡腿 7 咸酱  
Number FOUR 蚝油辣酱蘸汁 8 黄瓜虾片 8 咸酱 Number FIVE 蒜泥蘸酱 9 蒜泥白肉 9 咸  
酱 Number SIX 芝麻拌酱 10 芝麻酱拌芹菜 10 咸酱 Number SEVEN 黑芝麻奶油酱 11  
鲜虾玉子豆腐 11 咸酱 Number EIGHT 京?酱 12 京酱肉丝 12 咸酱 Number NINE 炸?酱  
13 炸酱面 13 辣辣酱 Number ONE 辣豆瓣酱 14 豆瓣鱼 14 辣酱 Number TWO 臭豆腐酱  
15 臭豆腐 15 辣酱 Number THREE 鱼-鄞 16 鱼-消祥 16 辣酱 Number FOUR 香茅辣味汁  
17 芝麻鱼饼 17 辣酱 Number FIVE 洋葱虾米拌酱 18 凉拌冬粉 18 辣酱 Number SIX  
蔬菜辣酱 19 柴鱼丝炸豆腐 19 辣酱 Number SEVEN 果-辅III阶? 20 柳橙海鲜色拉 20 辣  
酱 Number EIGHT 南洋风BBQ辣酱 21 猪肉串烧 21 酸酸酱 Number ONE 荔枝糖醋酱 22  
荔枝牛肉丸 22 酸酱 Number TWO 酱油糖醋酱 23 乌醋咕咾肉 23 酸酱 Number THREE  
宫保酱 24 宫保鸡丁 24 酸酱 Number FOUR 鳝鱼酱 25 爆鳝丝 25 酸酱 Number FIVE  
裙带菜醋 26 汆烫章鱼拌裙带菜醋 26 酸酱 Number SIX 南蛮醋 27 南蛮醋鱼 27 酸酱  
Number SEVEN 柠檬香茅果香油醋 28 酥炸小鱼色拉 28 酸酱 Number EIGHT  
柠檬酸辣汁 29 酸辣南洋风带壳生蚝 29 酸酱 Number NINE 法式番茄莎莎 30  
起司锦蔬沙拉 30 酸酱 Number TEN 意大利油醋汁 31 主厨色拉 31 甜甜酱 Number  
ONE 橘子果酱 32 甜酱 Number TWO 奶酪水果 32 甜酱 Number THREE 奶酪核桃 33 甜  
酱 Number FOUR 奶酪熏衣草 33 甜酱 Number FIVE 风情乳酪馅 34 甜酱 Number SIX  
卡士达杂粮酱 34 甜酱 Number SEVEN 花生奶油酱 35 甜酱 Number EIGHT 白巧红茶酱  
35 第二篇 蘸、拌、色拉、抹酱 蘸蘸酱 Number ONE 香蒜辣椒鱼露酱 40  
泰北青木瓜色拉 40 蘸酱 Number TWO 蔬果柳橙鱼露汁 41 芦笋生鲷卷 41 蘸酱  
Number THREE 香草鱼露油醋 42 南洋风野菜沙拉 42 蘸酱 Number FOUR 鱼露蚝油汁  
43 越南风味带骨猪排 43 蘸酱 Number FIVE 蒜泥酱 44 蒜泥淋-X段 44 蘸酱 Number SIX  
椒盐蘸酱 45 椒盐虾 45 蘸酱 Number SEVEN 姜醋蘸汁 46 白片花蟹 46 蘸酱 Number  
EIGHT 羊肉炉蘸酱 47 羊肉炉 47 蘸酱 Number NINE 五味蘸酱 48 五味猪排 48 蘸酱  
Number TEN 味噌菠萝蘸酱 49 味噌软时 49 拌拌酱 Number ONE 芝麻白拌酱 50  
芝麻白拌酱拌茄子 50 拌酱 Number TWO 芝麻味噌酱 51 牡蛎味噌烧 51 拌酱 Number  
THREE 蚝油淋酱 52 蚝油芥兰 52 拌酱 Number FOUR 油饭拌酱 53 荷叶油饭 53 拌酱  
Number FIVE 芝麻酱 54 凉拌鸡丝 54 拌酱 Number SIX 红梅酸甜酱 55 薯丝春卷 55 拌酱  
Number SEVEN 青葱芝麻酸甜酱 56 酥炸杏鲍菇 56 拌酱 Number EIGHT  
南洋风酸甜莎莎 57 泰式冷茄盘 57 拌酱 Number NINE 芒果酸甜酱 58 泰北烤牛肉 58 拌  
酱 Number TEN 嫩姜酸甜酱 59 豆皮猪肉卷 59 沙拉 色拉酱 Number ONE  
香菜鱼露美奶滋 60 柠檬炸鱼条 60 色拉酱 Number TWO 千岛酱 61  
明虾洋芋色拉佐千岛酱 61 色拉酱 Number THREE 蓝莓酸奶 62 华尔道夫苹果色拉 62  
色拉酱 Number FOUR 蔓越莓酱汁 63 天使细冷面色拉 63 色拉酱 Number FIVE 鞑靼酱汁  
64 咖啡鲑鱼酥色拉 64 色拉酱 Number SIX 法国酱汁 65 法式甜豆腊肠色拉 65 色拉酱  
Number SEVEN 鸡尾酒会酱汁 66 虾球苹果色拉 66 色拉酱 Number EIGHT 奶油白酒酱汁  
67 法式鲈鱼衬奶油白酒酱汁 67 抹抹酱 Number ONE 甜辣酱 68 抹酱 Number TWO  
黑胡椒酱 68 抹酱 Number THREE 奶油甜椒 69 抹酱 Number FOUR 西洋芥末奶油酱 69  
抹酱 Number FIVE 蛋黄奶酪酱 70 抹酱 Number SIX 葱香奶油酱 70 抹酱 Number  
SEVEN 柠檬奶油酸奶酱 71 抹酱 Number EIGHT 酸奶色拉酱 71 抹酱 Number NINE  
什锦果酱 72 第三篇 1道酱变化3道菜 1+3Number ONE 鱼露酱汁 74 清蒸鱼卷 74  
葱油鹅肠 75 鱼露蒸子排 75 1+3Number TWO 红烧酱 76 红烧海参 76 豆腐鲜蚶 77  
红烧豆腐 77 1+3Number THREE 番茄糖醋酱 78 糖醋排骨 78 糖醋蜜鸡脯 79 茄汁淋鱼  
79 1+3Number FOUR 照烧汁 80 春卷风味Pizza烧 80 烤鸡肉串 81 牛舌香葱串 81  
1+3Number FIVE 柴鱼酒味煮汁——海鲜 82 浸渍柳叶鱼 82 淡菜酒味煮 83  
鲷鱼卷纤蒸煮 83 1+3Number SIX 柴鱼豚肉煮汁——肉类 84 青蒜牛舌冻 84  
和风炖煮猪五花 85 野菜鸡肉卷 85 1+3Number SEVEN 意式番茄酱汁 86 米兰茄汁鲑鱼  
86 意大利海鲜番-X面 87 精酿茄汁炖牛尾 87 1+3Number EIGHT 黑胡椒酱汁 88  
杏仁角鸡肉卷 88 无骨牛小排串烧 89 岩烧胡椒鳗 89 1+3Number NINE 香草白酒油醋汁  
90 亚历山大野菇色拉 90 蜜桃熏鸭胸色拉 91 烟熏鸡肉凉面色拉 91 第四篇  
中、日、南洋、西酱 中式 中式 Number ONE 树子蒸酱 96 焖苦瓜 96 中式 Number  
TWO 豉椒酱 97 豉椒虾 97 中式 Number THREE 三杯酱 98 三杯鸡腿 98 中式 Number

FOUR 海瓜子酱 99 炒海瓜子 99 中式 Number FIVE 咸猪肉腌酱 100 咸猪肉 100 中式  
Number SIX 蒜味豆瓣酱 101 青蒜拌耳丝 101 中式 Number SEVEN 豆豉蒸酱 102  
豆豉蒸鲳鱼 102 中式 Number EIGHT 肉腐酱 103 肉酱豆腐 103 中式 Number NINE  
红烧卤汁 104 红烧牛腩 104 中式 Number TEN 五香葱油卤汁 105 五香葱油鸡 105 日式  
日式 Number ONE 萝卜泥醋 106 鸡肉唐扬拌萝卜泥 106 日式 Number TWO 菊花油醋  
107 菊花油醋拌甜虾 107 日式 Number THREE 蛋黄醋 108 蛋黄醋拌嫩菜心 108 日式  
Number FOUR 紫苏梅子醋 109 梅渍蜇皮山药 109 日式 Number FIVE 味噌鱼腌酱 110  
葱香味噌鱼 110 日式 Number SIX 菠菜味噌酱 111 马铃薯奶油味噌烧 111 日式 Number  
SEVEN 辛辣味噌 112 辛味田乐豆腐 112 日式 Number EIGHT 蛋黄醋味噌 113  
扇贝黄瓜醋 113 日式 Number NINE 柴鱼蔬菜煮汁 114 田园野菜煮 114 南洋 南洋  
Number ONE 塔香番茄鱼露酱 115 萝勒炒鸡肉 115 南洋 Number TWO 柠檬香茅蒜味酱  
116 马来式烤猪肉色拉 116 南洋 Number THREE 南瓜椰奶汁 117 蟹肉南瓜椰奶浓汤 117  
南洋 Number FOUR 椰奶酸奶酱 118 南洋式水果色拉 118 南洋 Number FIVE 芒果椰浆  
119 芒果椰浆布丁 119 南洋 Number SIX 小黄瓜椰奶酱 120 面拖香蕉 120 南洋 Number  
SEVEN 番茄椰奶汁 121 南洋风素拌 121 南洋 Number EIGHT 香辣红咖喱 122  
红咖喱牛肉煲 122 南洋 Number NINE 甜萝勒绿咖喱 123 绿咖喱炒鸡肉 123 南洋  
Number TEN 姜味黄咖喱 124 泰北风味咖喱面 124 西式 西式 Number ONE 牛肉原汁  
125 西式 Number TWO 红酒酱汁 125 西式 Number THREE 蘑菇酱汁 126  
火焰小牛排熏火腿 126 西式 Number FOUR 莼萝海鲜酱汁 127 水波芦笋海鲈鱼佐海鲜酱  
127 西式 Number FIVE 柠檬奶油酱汁 128 桂冠干贝明虾佐柠檬奶油酱 128 西式  
Number SIX 香蒜奶油酱 129 火奴鲁鲁潜艇堡 129 第五篇 家庭必备酱 居家必备  
居家必备 Number ONE 台式肉燥 132 担仔面 132 居家必备 Number TWO 红糟腌酱 133  
红糟肉 133 居家必备 Number THREE 蘸酱 134 居家必备 Number FOUR 金橘酱 134  
居家必备 Number FIVE 橙汁酱 135 橙汁排骨 135 居家必备 Number SIX 泡菜腌酱 136  
中式泡菜 136 居家必备 Number SEVEN 蒜味酱 137 居家必备 Number EIGHT 椒麻酱 137  
居家必备 Number NINE 酸辣腌酱 138 酸辣黄瓜 138 居家必备 Number TEN 腐乳蘸酱  
139 腐乳炸鸡翅 139 居家必备 Number ELEVEN 羊肉卤汁 140 卤羊肉 140 酸甜辣咸  
Number ONE 甘梅味淋汁 141 水煮芋头 141 酸甜辣咸 Number TWO 番茄味酱 142  
有机蔬菜色拉盘 142 酸甜辣咸 Number THREE 香辣柑橘酱 143 酥炸秋刀鱼 143  
酸甜辣咸 Number FOUR 鱼贝煮卤汁 144 茶烧章鱼 144 酸甜辣咸 Number FIVE  
鱼贝煮卤汁 145 茶烧章鱼 145 酸甜辣咸 Number SIX 关东煮汁 146 关东煮小火锅 146  
酸甜辣咸 Number SEVEN 柴鱼鳖甲芡汁 147 南瓜煮物淋鸡绞肉芡 147 酸甜辣咸 Number  
EIGHT 关东煮汁 148 关东煮小火锅 148

• • • • • ([收起](#))

[酱料300招 下载链接1](#)

标签

食谱

饮食

健康

## 评论

从106页开始才是正题，前面的多数酱料都太本土。话说要想在朋友聚会时做出点新鲜异域菜肴，最简单的办法就是调几样有板有眼的酱料，不信的话看看欧阳的《天生是饭人》就晓得了，他的法宝就是各种酱……

-----  
[酱料300招 下载链接1](#)

## 书评

-----  
[酱料300招 下载链接1](#)