



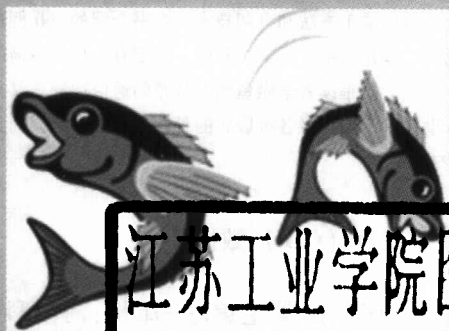
家常鱼谱

JIA CHANG YU PU

张仁庆 王振宇 曾庆富 张云甫 主编



河南科学技术出版社



江苏工业学院图书馆
藏书章

家常鱼谱

张仁庆 王振宇 曾庆富 张云甫 主编

河南科学技术出版社

内 容 提 要

多吃鱼,少吃肉,健康美丽又长寿。鱼类含有丰富的蛋白质和人体必需的营养成分,是其他烹饪原料无法比拟的。本书包括鱼类菜肴概述、鱼谱精选、鱼类菜肴烹调技法 200 例、名厨教你学做鱼等 4 个方面的内容,比较详细地介绍了多种鱼类菜肴的加工方法和烹调技术。本书介绍的 360 例鱼类菜肴,营养丰富,原料易得,操作简单,易学,易做,并配有 160 幅鱼谱的彩色照片。

本书图文并茂,既是读者学做鱼类家常菜的通俗读物,又是厨师烹调鱼类菜肴的参谋和助手,不但可供各级饭店的餐饮工作者参考,而且是广大烹饪爱好者的良师益友。

图书在版编目(CIP)数据

家常鱼谱/张仁庆等主编. —郑州:河南科学技术出版社, 2004. 2

ISBN 7-5349-3059-6

I. 家… II. 张… III. 鱼类-菜谱 IV. TS972.126

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 111412 号

责任编辑 韩家显 责任校对 申卫娟

河南科学技术出版社出版发行

(郑州市经五路 66 号)

邮政编码: 450002 电话: (0371) 5737028

河南第一新华印刷厂印刷

全国新华书店经销

开本: 850 mm × 1168 mm 1/32 印张: 7.5 字数: 168 千字 彩图: 16 页

2004 年 2 月 第 1 版 2004 年 2 月 第 1 次印刷

印数: 1—5 000

ISBN 7-5349-3059-6/T·592

定价: 20.00 元



图1 果子脆皮鱼



图2 豆瓣酱蒸鲈鱼



图3 家常石斑鱼



图4 红烧杂鱼



图5 红烧大黄花





图6 糖醋(黄河)鲤鱼



图7 清蒸鲈鱼



图8 红焖鱼



图9 干烧鲳鱼



图10 清蒸苏梅鱼



图 11 油浸鱼(1)



图 12 油浸鱼(2)



图 13 酱汁鲢鱼



图 14 黄焖鱼



图 15 清蒸黑鱼



图 16 清蒸鱼



图 18 红烧小黄花



图 17 西湖醋鱼



图 19 家常焖黑鱼



图 20 清蒸鲤鱼



图 21 家常焖黄鱼



图 22 软炸小鱼



图 24 土豆桂花鱼



图 23 红烧橡皮鱼



图 25 香辣银鱼



图 26 炸烹银鱼



图 27 沙湖飞鱼



图 28 仙居溪鱼干炖豆腐



图 29 干烧鳎目鱼



图 30 海带炖鲫鱼





图 31 干熘带鱼



图 32 腌鱼豆腐



图 33 脆皮银鱼



图 34 翡翠鲜鱼卷



图 35 油拔鱼柳



图 36 熏鱼



图 37 祝君愉快(瓦块鱼)



图 38 酸笋烧鱼



图 39 笋丝鱼面



图 40 香辣脆鳝





图 41 菊花红鲤鱼



图 42 巧制带鱼



图 43 脆炸鱼条



图 44 香炸雪鱼香菇



图 45 香炸雪鱼条



图 46 盐爆鱼块



图 47 鱼米之乡



图 48 日式炸鱼



图 49 天麻鱼丝



图 50 家常咸鱼



图 51 泡椒带鱼



图 52 麻辣鱼块



图 53 烤偏口鱼干



图 55 清炒银鱼



图 54 家常炖鱼头



图 56 鱼香带鱼排



图 57 兰花鲫鱼



图 58 香椿鱼



图 59 碧绿鳊鱼卷



图 60 龙舟鱼



图 61 脆熘鱼卷



图 62 干炒鱼丝



图 63 五彩鱼球



图 64 佛手富贵鱼



图 65 奶汤鲈鱼



图 66 豉汁盘龙鳗



图 67 香焗白鲑鱼



图 68 麒麟鳊鱼



图 69 萝卜鱼



图 70 金筒鱼卷