

家庭生活实用丛书之三

家庭实用烹调技巧

张建平 等编



人民军医出版社

家庭生活实用丛书之三

家庭实用烹调技巧

JIATING SHIYONG PENG TIAO JIQIAO

张建平 等编

人民军医出版社

1990年·北京

说 明

本书为《家庭生活实用丛书》(共9本)中的一本。合订本名为《家庭生活实用手册》。为保持丛书内容的完整性,整套丛书的页码按合订本的顺序排列,请读者注意。

家庭实用烹调技巧

张建平 等编

人民军医出版社出版

(北京市复兴路22号甲3号)

(邮政编码: 100842)

北京孙中印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本: 787×1092毫米 1/32·印张: 1.5·字数: 29千

1990年2月第1版·1990年2月第1次印刷

印数: 1—27,000·定价: 0.85元

ISBN 7-82020-148-1/Z·5

[科技新书目: 212-247⑦]

目 录

一般常识

怎样贮存大白菜·····	(97)
怎样保存香菜·····	(97)
怎样贮存萝卜·····	(98)
怎样贮藏苹果和梨·····	(98)
家庭如何贮存大米·····	(98)
怎样去除粮食中的虫子·····	(99)
怎样吃鸡蛋最科学·····	(99)
小磨麻油的保鲜法·····	(101)
如何辨别麻油的真伪·····	(101)
怎样存放食油·····	(102)
如何防止猪油变味·····	(102)
怎样识别蘑菇是否有毒·····	(102)
怎样挑选蘑菇·····	(103)
如何保护茶叶的色、香、味·····	(103)
怎样鉴别奶粉是否变质·····	(103)
怎样鉴别猪肉是否新鲜·····	(104)
怎样鉴别牛肉是否新鲜·····	(104)
怎样鉴别鸡、鸭肉质量好坏·····	(105)
怎样鉴别鱼的新鲜度·····	(105)
怎样鉴别羊肉的质量·····	(105)
怎样鉴别香肠的质量好坏·····	(106)
如何挑选食品罐头·····	(106)
怎样买活鸡·····	(107)

怎样鉴别鲜鸡蛋..... (108)

怎样识别孵鸡淘汰鸡..... (108)

烹饪技巧

快速发面法..... (108)

蒸馒头碱大了怎么办..... (109)

怎样使水饺不粘连..... (109)

怎样焖米饭好吃..... (110)

烧肉的窍门..... (110)

巧煮老鸡肉..... (111)

怎样使老牛肉较快煮烂..... (111)

怎样洗掉菜叶上的腻虫..... (111)

鸡、鸭快速退毛法..... (111)

怎样去除羊肉的膻气..... (112)

怎样除去鱼的腥味..... (112)

怎样切葱不流泪..... (113)

烹调的几个原则..... (113)

巧除房间中的烟味..... (114)

烹调放盐有讲究..... (114)

柠檬的妙用..... (115)

正确使用味精..... (116)

快速去除带鱼鱼鳞..... (117)

吃蒜后怎样迅速消除口臭..... (117)

怎样除去猪大肠的臭味..... (117)

怎样晒制鲜绿的干豆角..... (117)

炸过鱼的油怎样去除腥味..... (118)

怎样煎鸡蛋完整而嫩滑..... (118)

烧鱼时怎样保持鱼的完整..... (118)

米饭烧糊了怎么办·····	(119)
宰时鱼胆破了怎么处理·····	(119)
怎样正确食用方便面·····	(119)
怎样腌制雪里蕻·····	(120)
自制美味——苹果冻·····	(121)
味鲜耐藏的蕃茄酱·····	(121)
风味独特的西瓜皮蜜饯·····	(122)
自制葡萄干·····	(122)
怎样使饺子味道更鲜·····	(123)
怎样煮“腊八粥”·····	(124)
怎样做肉皮冻·····	(124)
自腌五香萝卜干·····	(125)
炸好肉丸子的诀窍·····	(125)
烹调巧用葱、姜、蒜·····	(126)
怎样自制糖色·····	(126)
怎样腌咸鸡、鸭蛋·····	(127)
怎样腌制松花蛋·····	(127)
怎样做五香茶叶蛋·····	(128)
怎样炒五香花生米·····	(128)
怎样自制臭豆腐·····	(129)
家庭如何自渍酸菜·····	(129)
怎样做朝鲜泡菜·····	(129)
怎样煮元宵·····	(130)
风味独具担担面·····	(130)
山西风味刀削面·····	(131)
家庭中怎样吃涮羊肉·····	(132)

灶间琐事

小家庭需要哪些炊具·····	(133)
怎样使用西餐餐具·····	(134)
厨具去污妙法·····	(135)
怎样磨刀·····	(135)
巧除菜刀、铁锅上的鱼腥味·····	(136)
怎样正确使用菜墩·····	(136)
怎样清洗油瓶·····	(137)
怎样区别塑料袋有毒无毒·····	(137)
怎样防止酱油和醋长白膜·····	(138)

