

 中国社会出版社

现代文明家庭书架

Xian Dai Jia Ting Wen Min Shu Jia



食品巧做

Shi Pin Ziao Zuo 百事通

BAI SHI TONG

现代文明家庭书架

食品巧作百事通

主 编	弘 石	冯家增		
编 者	苏世彦	冯兆君	林晓雯	
	刘梓红	董 波	刘建华	
	徐光伟	李琳娟	万 寿	

中国社会出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

食品巧作/弘石主编. —北京: 中国出版社,
1997. 3

ISBN 7-80088-915-7

I. 食… II. 弘… III. 食谱—中国 IV. TS972. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 00471 号

现代文明家庭书架

食品巧作百事通

主 编: 弘 石 冯家增

责任编辑: 林晓靖

责任校对: 晓 丁

责任印制: 侯继刚

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区黄城根南街 9 号

电话: 66051713 电传: 66030951

印 刷: 北京翠通印刷厂

经 销: 各地新华书店

开本印张: 787×1092 1/32 9.25

字 数: 188 千字

版 次: 1997 年 9 月北京第 1 版第 1 次

ISBN 7-80088-915-7/C · 151

定价: 9.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

目 录

主 食 的 巧 作

- 怎样调制面团 (1)
- 怎样调制点心面团 (3)
- 怎样鉴别面团发酵程度 (4)
- 怎样制作发面 (4)
- 怎样蒸好馒头 (6)
- 怎样用高压锅蒸馒头 (7)
- 蒸馒头怎样才能不粘屉布 (8)
- 怎样制作中外面包 (8)
- 怎样用压力锅烤面包 (13)
- 怎样掌握五种面包的最佳配方 (13)
- 怎样制作黄桥烧饼 (14)
- 怎样做蒸饼、千层饼 (14)
- 怎样做江苏酥油烧饼 (15)
- 怎样做清糖饼 (16)
- 怎样做豆馅烧饼 (16)
- 怎样煎肉饼 (17)
- 怎样烙糖饼 (17)

怎样烙葱花猪油饼	(18)
怎样烙家常饼	(19)
怎样做天津鸡蛋煎饼果子	(19)
怎样做水煎包	(20)
怎样做水馅包子	(20)
怎样做门丁包	(21)
怎样调饺子馅	(22)
怎样用荠菜制饺子馅	(23)
怎样用高压锅煮饺子	(23)
怎样做馄饨	(23)
怎样做四川过桥抄手	(24)
怎样做好刀削面	(25)
怎样做素炒面	(26)
怎样加工豆浆挂面	(27)
怎样做热干面	(28)
怎样制作羊肉泡馍	(28)
怎样做余丸子不散	(28)
怎样做鸽蛋圆子	(29)
怎样做元宵	(30)
怎样制好土豆泥	(32)
怎样炸油条	(32)
怎样炸油条才省油	(34)
怎样防止烫面炸糕“放炮”	(35)
怎样做北京焦圈果子	(37)
怎样烹制炸腐皮鸡卷	(38)
怎样做天津夹馅麻花	(38)

怎样制作馓子	(39)
怎样制作春卷	(40)
怎样做好八宝饭	(41)
怎样做鸭血糯八宝饭	(42)
怎样包好粽子	(43)
怎样做各种粽子	(44)
怎样制作蛋糕	(47)
怎样烤制花色蛋糕	(48)
家庭怎样制作松糕	(50)
怎样制作糯米糕	(50)
怎样做年糕	(51)
怎样做绿豆糕	(52)
怎样制作猪油蛋黄酥	(52)
怎样制作玉米面食品	(53)
怎样加工快餐玉米片	(54)
怎样加工小米饼干	(55)
怎样做“小窝头”	(56)
怎样加工利用黑米	(56)

副食的巧作

怎样制作味道鲜美的烧鸡	(58)
怎样做德州扒鸡	(59)
怎样做好香酥鸡	(60)
怎样制作烤鸡	(61)
怎样做常熟叫化鸡	(62)

怎样做好风鸡	(62)
怎样巧制琵琶腊鸡	(63)
怎样制作高级鸡清汤	(66)
怎样制作“龙凤配”	(67)
怎样剔取鸡肉	(67)
怎样巧用鸡鸭肉	(69)
怎样做北京烤鸭	(70)
怎样做黄泥烤鸭	(71)
怎样加工板鸭	(72)
怎样加工腊板鸭	(73)
怎样宰杀全鸭	(75)
怎样做烤鹅	(76)
怎样烹制鸽子	(76)
怎样烹制鹌鹑	(77)
怎样烹制麻雀	(78)
怎样烹制活鱼	(79)
怎样做“老烧鱼”	(80)
怎样用一条鱼做三个菜	(80)
怎样制作鱼冻	(81)
怎样做好鱼圆	(82)
怎样制作鱼泥	(83)
怎样巧用火碱泡鱿鱼	(87)
怎样做鱿鱼卷	(88)
怎样加工鱼翅	(88)
怎样做乌龟肉	(89)
怎样剥螃蟹肉	(89)

怎样加工河蟹	(90)
怎样做虾油	(91)
怎样做虾酱	(93)
怎样取制虾仁	(93)
怎样加工虾皮	(93)
怎样加工龙虾片	(94)
怎样炼猪油	(95)
怎样扒烧整猪头	(96)
怎样剁丸子肉馅	(97)
怎样做豆腐肉丸	(98)
怎样做广式腊肉	(99)
怎样制作四川腊肉	(99)
怎样做咸肉	(100)
怎样做酱肉	(101)
怎样制作金针肉	(101)
怎样制作美味肉干	(102)
怎样做油炸肉皮	(102)
怎样制作色味俱佳的肉皮冻	(103)
怎样做肉松	(103)
牛肉怎样烧不柴	(104)
怎样做酱牛肉	(105)
怎样做五香酱牛肉	(106)
怎样制作牛肉干	(106)
怎样制作牛肉松	(107)
怎样做腊驴肉	(108)
怎样巧用牛、羊浮油	(109)

怎样加工涮羊肉片·····	(109)
怎样使小包装肉解冻·····	(110)
怎样掌握煮肉的窍门·····	(110)
怎样制作人造肉·····	(111)
怎样制作五香茶叶蛋·····	(113)
怎样制作五香熏蛋·····	(113)
怎样做芙蓉菊花蛋·····	(114)
怎样做醉蛋·····	(114)
怎样做三鲜涨蛋·····	(115)
怎样做换心蛋·····	(115)
怎样煎荷包蛋·····	(116)
怎样做虾仁炒蛋·····	(117)
怎样蒸鸡蛋羹·····	(117)
怎样制作家庭蛋皮·····	(118)
怎样制作蛋泡糊·····	(119)
怎样取蛋白·····	(119)
怎样巧用鸡蛋清·····	(119)
怎样腌鸡、鸭蛋·····	(120)
怎样快速加工咸蛋·····	(121)
怎样做皮蛋·····	(122)
怎样制作无铅松花蛋·····	(124)
怎样做叉烧鸽蛋·····	(125)
怎样加工香肚·····	(126)
怎样做灌肠·····	(126)
怎样自制火腿·····	(128)
怎样涨发蹄筋·····	(129)

-
- 怎样加工海蜇皮····· (130)
- 怎样人工制作海蜇皮····· (131)
- 怎样加工海蜇头····· (132)
- 怎样加工海带制品····· (132)
- 怎样制作泡菜····· (134)
- 怎样选择泡菜菜品····· (135)
- 怎样防止泡菜盐水变质····· (136)
- 怎样做酸辣菜····· (136)
- 怎样做朝鲜辣白菜····· (137)
- 怎样做芝麻辣菜丝····· (137)
- 怎样做芥菜头辣菜····· (138)
- 怎样做糖蒜····· (139)
- 怎样加工酱黄瓜····· (139)
- 怎样掌握萝卜的做法····· (140)
- 怎样制作五香萝卜干····· (141)
- 怎样晒干菜····· (142)
- 怎样晒菜干····· (142)
- 怎样做豆腐····· (143)
- 怎样加工米豆腐····· (144)
- 怎样加工豆腐丝····· (145)
- 怎样加工豆腐干····· (146)
- 怎样做冻豆腐····· (147)
- 怎样制作豆腐乳····· (147)
- 怎样加工臭豆腐····· (148)
- 怎样制作卤汁花干····· (149)
- 怎样做豆腐脑····· (150)

怎样做腐竹·····	(150)
怎样制作麻味腌豆·····	(152)
怎样做豆豉·····	(152)
怎样做粉丝、粉条(薯粉)·····	(153)
怎样用玉米制作粉条·····	(154)
怎样做粉皮·····	(155)
怎样泡发黄豆芽·····	(155)
怎样泡发绿豆芽·····	(156)
怎样使豆芽长得肥胖无根·····	(157)
怎样利用食品袋发蚕豆芽·····	(157)
怎样加工蚕豆系列食品·····	(158)
怎样加工豆沙·····	(160)
怎样炸好面筋球·····	(160)
怎样自制美味面筋·····	(161)
怎样用香菇柄制香菇松·····	(162)
怎样加工盐水蘑菇·····	(163)
怎样做酸蘑菇·····	(163)
怎样加工菜花·····	(164)
怎样制作黄泥菠菜·····	(165)
怎样加工番茄·····	(166)
怎样做冬菜·····	(166)
怎样制作杏仁小菜·····	(167)
怎样巧吃西瓜皮·····	(168)
怎样做笋片·····	(168)
怎样做加工生姜·····	(169)
怎样腌制咸菜·····	(170)

- 怎样掌握泡菜不同的装坛方法····· (170)
- 怎样做珊瑚白菜····· (171)
- 怎样使腌制的食品不易变质····· (172)
- 怎样腌制四川榨菜····· (172)
- 怎样腌制白菜····· (173)
- 怎样腌白菜帮····· (175)
- 怎样腌制风味蒜····· (176)



调味品的巧作

- 怎样加工小磨香油····· (177)
- 怎样做酱油····· (178)
- 怎样做虾子酱油····· (179)
- 怎样用花生壳制酱油····· (180)
- 怎样配制辣酱油····· (180)
- 怎样制作辣椒油····· (181)
- 怎样熬制蟹油····· (181)
- 怎样巧用盐····· (182)
- 怎样加工豆酱····· (185)
- 怎样做甜面酱····· (185)
- 怎样制作芝麻酱····· (186)
- 怎样制作花生酱····· (187)
- 怎样制作冬瓜豆酱····· (188)
- 怎样制作西瓜酱····· (188)
- 怎样制作西红柿酱····· (189)
- 怎样制作果酱····· (190)

怎样自制韭菜花酱.....	(190)
怎样炸酱.....	(191)
怎样做甘薯醋.....	(191)
怎样做米醋.....	(192)
怎样用西瓜皮制醋.....	(192)
怎样利用果渣酿醋.....	(193)
怎样巧用食醋.....	(194)
怎样用甘薯制作黄酒.....	(196)
怎样酿制甜米酒.....	(196)
怎样自制调味品.....	(197)
怎样配制各种调味粉.....	(198)

蜜饯饮料的巧作

怎样制作速溶花生晶.....	(200)
怎样炒制风味花生米.....	(201)
怎样制作蜂蜜花生米.....	(202)
怎样制作冰糖花生米.....	(203)
怎样制作花生米糕.....	(204)
怎样做花生小食品.....	(204)
怎样用高压锅炒花生.....	(205)
怎样做怪味蚕豆.....	(206)
怎样做风味豆.....	(206)
怎样制作风味瓜子.....	(207)
怎样炒五香葵花子.....	(208)
怎样制作芝麻糖.....	(209)

怎样制作冬瓜糖	(210)
怎样自制冰糖	(210)
怎样用马铃薯渣制饴糖	(211)
怎样制作糖葫芦	(212)
怎样制作麦芽糖	(212)
怎样作高粱饴糖	(213)
怎样制作糖冰姜	(215)
怎样加工南瓜脯	(216)
怎样加工茄子脯	(218)
怎样加工马铃薯脯	(219)
怎样加工甘薯脯	(220)
怎样制作藕脯	(221)
怎样加工黑木耳蜜饯	(222)
怎样制作胡萝卜脯	(223)
怎样制萝卜糕	(224)
怎样制作水果蜂糕	(225)
怎样制作山楂糕	(225)
怎样加工山渣晶、果丹皮	(226)
怎样做无核糖枣	(227)
怎样制作薰枣	(228)
柿子怎样脱涩	(229)
怎样作桔饼	(229)
怎样做冬瓜条	(230)
怎样加工茄干	(230)
怎样加工龙眼干	(231)
怎样加工百合干	(232)

怎样加工桃李干·····	(233)
怎样制作苹果干、苹果脯·····	(234)
怎样制作椰丝和椰蓉·····	(234)
怎样加工和利用西瓜·····	(235)
怎样从荸荠中提取淀粉·····	(237)
怎样制作藕粉·····	(237)
怎样制作米酒·····	(238)
怎样制作果酒·····	(239)
怎样自制料酒·····	(240)
怎样制作药酒·····	(241)
怎样调制鸡尾酒·····	(243)
怎样巧用酒·····	(245)
怎样自制茉莉花茶·····	(248)
怎样熬豆浆·····	(249)
怎样做健美粥·····	(249)
怎样制作牛奶冰淇淋·····	(250)
怎样制作香草冰淇淋·····	(250)
怎样制作巧克力冰淇淋·····	(251)
怎样制作咖啡冰淇淋·····	(251)
怎样制作果仁冰淇淋·····	(251)
怎样制作水果冰淇淋·····	(252)
怎样制作香蕉冰淇淋·····	(252)
怎样制作冰淇淋果盘·····	(253)
怎样制作冰淇淋鲜桔水·····	(253)
怎样制作冰淇淋汽水·····	(253)
怎样制作冰淇淋咖啡·····	(254)

怎样制作可可雪糕	(254)
怎样制作水果雪糕	(254)
怎样制作凉藕糕	(255)
怎样制作赤豆冰	(255)
怎样制作牛奶冰	(255)
怎样制作鲜橙汁泡冰	(255)
怎样制作绿豆薄荷泡冰	(256)
怎样制作四色冻	(256)
怎样制作果汁冻	(257)
怎样制作杏子奶冻	(257)
怎样制作苹果冻	(257)
怎样制作葡萄冻	(257)
怎样制作枣泥冻	(258)
怎样制作番茄冻	(258)
怎样制作西瓜冻	(258)
怎样制作奶酪	(259)
怎样制作西瓜酪	(259)
怎样制作柏叶饮料	(259)
怎样制作杏酪饮料	(260)
怎样制作水芝饮料	(260)
怎样制作食盐甘草冷饮	(260)
怎样制作菊花冷饮	(260)
怎样制作芭蕉花汤	(261)
怎样制作酸梅汤	(261)
怎样制作青梅汤	(261)
怎样制作风髓汤	(261)

怎样制作益元汤	(262)
怎样制作扁豆汤	(262)
怎样制作西瓜翠衣汤	(262)
怎样制作翠衣凉茶	(262)
怎样制作金银花汤	(263)
怎样制作番茄甜汤	(263)
怎样制作绿豆汤	(263)
怎样制作鲜藕银耳汤	(264)
怎样制作冰冻绿豆汤	(264)
怎样制作红枣汤	(264)
怎样制作玉米汤	(264)
怎样制作冰糖银耳汤	(265)
怎样制作莲子汤	(265)
怎样制作鲜藕汁	(265)
怎样制作白萝卜汁	(266)
怎样制作西瓜番茄汁	(266)
怎样制作三鲜汁	(266)
怎样制作杨梅汁	(266)
怎样制作西瓜盅	(267)
怎样自制酸牛奶	(268)
怎样制作荷叶凉茶	(268)
怎样制作盐菠萝汁	(269)
怎样制作枇杷竹叶冰茶	(269)
怎样制作芝麻叶茶	(269)
怎样制作薄荷凉茶	(269)
怎样泡制人参茶	(270)