

异国主食美味 30 种

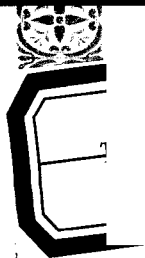
YIGUO ZHUSHI MEIWEI 30 ZHONG

吴昊然 主编



金盾出版社

JINDUN CHUBANSHE



庭美食系列丛书

异国主食美味 30 种

主 编 吴昊然

编 著 吴 杰 夏 玲 郭玉华 李永红

李 松 刘 捷 陆春江

摄 影 吴 杰 赵越超

金 盾 出 版 社

前 言

《异国主食美味30种》是金盾版“家庭美食系列丛书”之一,是为了满足人们特色饮食需求而编写的。目前,脍炙人口的西餐、日本料理、韩国料理及俄罗斯特色风味已风靡世界,以其独有的特色受到了各国人民的喜爱。

为了满足广大家庭及美食爱好者的需求,我们从西餐、日本料理、韩国料理及俄罗斯特色风味中精选了30种较具特色又适合我国各地人们口味的美味主食,其原料易取,制法简单,按书习做,既能满足广大家庭品尝异国风味主食,提高饮食层次的需求,又能让大家在亲手制作中增添许多乐趣,给家庭生活带来欢乐与温馨。

本书不仅适合广大家庭阅读使用,而且适合宾馆、酒店、餐馆使用,还可供餐饮服务学校教学参考。

编 者



目 录

面包布丁(法国)	香菇香辣面
..... (4)	(日本) (32)
蜜饯布丁(法国)	饭团(日本) (34)
..... (6)	四喜鸡肉饭
煎面包(法国)..... (8)	(日本) (36)
煎菜饼(法国) ... (10)	碗四喜(日本) ... (38)
冷沙勿来(法国)	大阪排骨饭
..... (12)	(日本) (40)
牛肉饼(法国) ... (14)	活鱼焖饭(日本)
俄罗斯蛋饼	 (42)
(俄罗斯) (16)	牛肉香菇饭
薄饼烤肉	(日本) (44)
(俄罗斯) (18)	打糕(韩国) (46)
面包煎肉	冷面(韩国) (48)
(俄罗斯) (20)	蘑菇面(韩国) ... (50)
咖喱炒饭	油豆腐面(韩国)
(俄罗斯) (22)	 (52)
羊肉焖大米饭	馄饨(韩国) (54)
(俄罗斯) (24)	八宝饭(韩国) ... (56)
大虾鸡丝面	鸡蛋包饭(韩国)
(日本) (26)	 (58)
牛肉香菇面	盖浇饭(韩国) ... (60)
(日本) (28)	蘑菇焖白饭
三鲜炒面(日本)	(韩国) (62)
..... (30)	

面包布丁(法国)

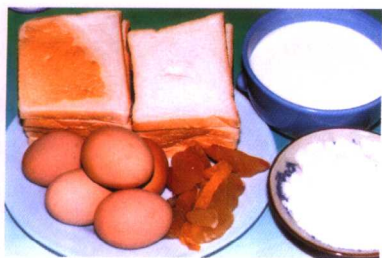


4

特点

外酥里嫩，鲜香适口。

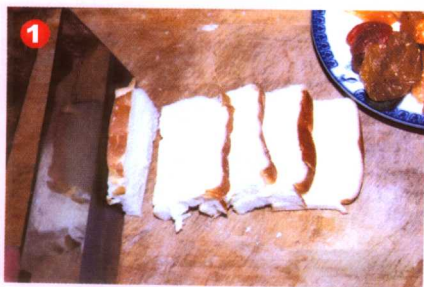
完整PDF请访问: www.cntrading.com



原 料

面包、牛奶各 400 克，蜜饯、猪油各 30 克，鸡蛋 5 个，白糖 300 克。

制作步骤



面包切成厚片。蜜饯切碎。



牛奶内加入白糖、鸡蛋液、蜜饯搅匀。

烤盘内抹匀猪油，摆上面包片，倒入牛奶蛋液，放入烤箱烤熟即成。



操作提示

烤制时不宜过火。

蜜 饯 布 丁(法国)



6

特点

甜香味美，营养丰富。



原 料

面粉、白糖各100克，面包粉150克，蜜饯、牛奶各200克，鸡蛋5个，玉桂粉1.5克，白兰地酒75克。

制作步骤



蜜饯切碎，放入容器内，加白兰地酒泡透。



面粉、面包粉、白糖、玉桂粉均放入容器内，倒入牛奶，磕入鸡蛋搅匀，再加入蜜饯搅匀。

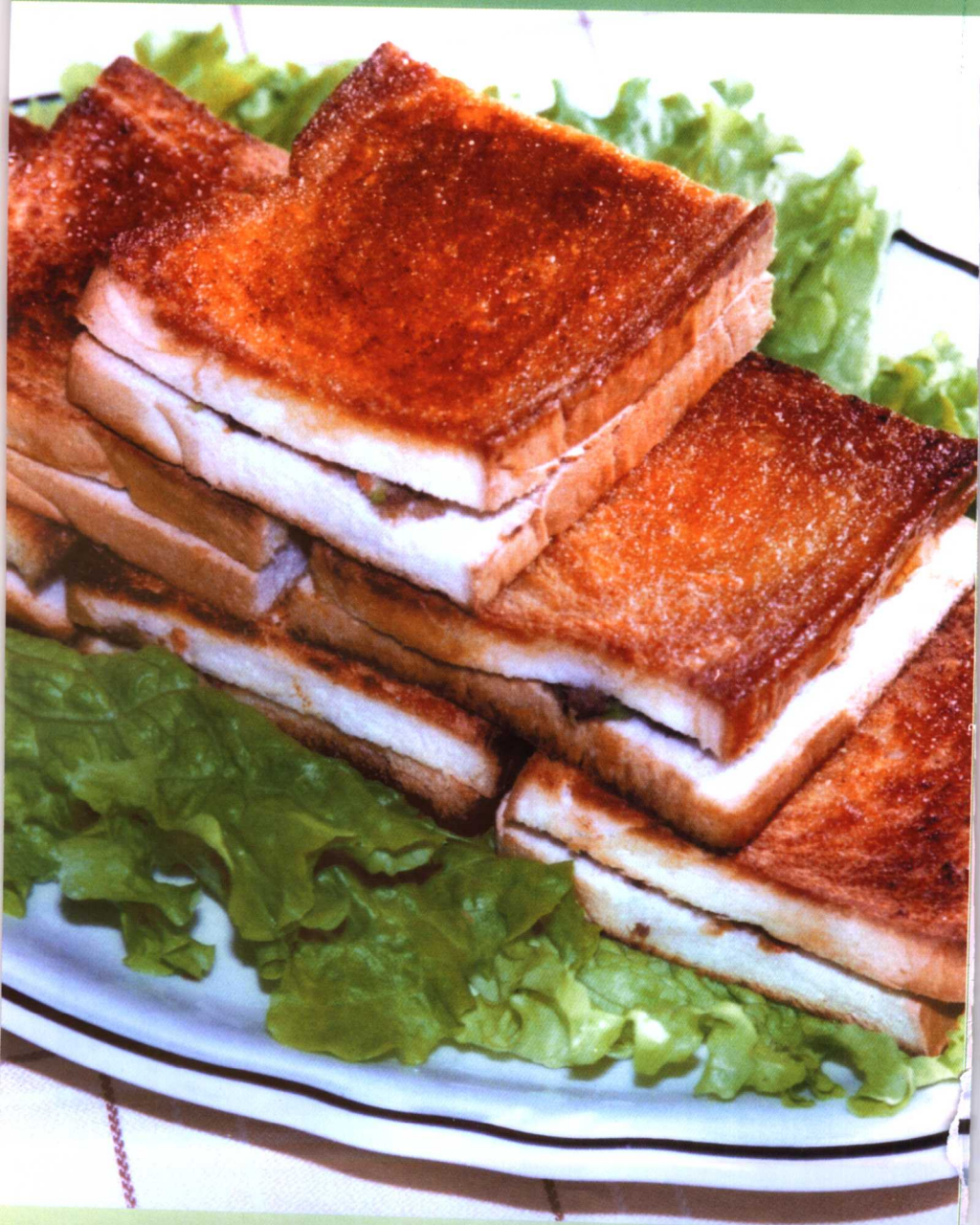
入蒸锅蒸20分钟左右至熟取出，装盘即成。



操作提示

搅拌时如果太稠，可加入适量水。

煎面包(法国)





原 料

面包300克,牛肉末100克,西芹75克,胡萝卜50克,洋葱、黄油各30克,鸡蛋1个,精盐2克,胡椒粉1克。

制作步骤



1 面包切片。西芹、胡萝卜、洋葱均切末。



2 牛肉末放入容器内,加入西芹末、胡萝卜末、洋葱末、精盐、胡椒粉,磕入鸡蛋搅匀成馅。



3 馅抹在面包片上,每两片夹一层馅。全部夹好后,烤盘内抹上黄油,摆入面包夹,煎烤熟即成。

操作提示

面包片上抹馅要匀,两片面包要夹紧。

煎 菜 饼(法国)



10

特点

色泽美观，营养丰富。



原 料

面粉300克,熟土豆100克,胡萝卜、西芹各30克,白糖40克,黄油50克,酵母4克。

制作步骤



1 面粉内加入酵母,用温水搅成面糊状。



2 熟土豆压成泥。胡萝卜、西芹均切末。

土豆泥、胡萝卜末、西芹末加入面糊内搅匀。煎锅内加黄油烧热,用手勺舀入面糊,摊成小饼状,煎熟铲出,撒上白糖即成。



操作提示

煎制时火不可过大。

冷沙勿来(法国)





原 料

鸡蛋 5 个，蜜饯 50 克，白糖 300 克，奶油 400 克，白兰地酒 20 克，食用明胶 10 克。

制作步骤



鸡蛋分蛋清、蛋黄装入两个容器内。食用明胶用 20 克热水泡开。蜜饯加入白兰地酒浸泡。



蛋黄内加入白糖 200 克搅匀，再加入蜜饯及食用明胶搅匀。



奶油内加入余下的白糖，抽打后倒入蛋黄内，再将蛋清抽打成泡沫状，倒入蛋黄内搅匀，放入冰箱略冻即成。

操作提示

抽打蛋清时要由慢至快，中途不宜停顿。

牛肉饼(法国)





原 料

面粉300克,牛肉末150克,熟土豆、牛奶、黄油各50克,精盐1克,胡椒粉0.5克,白糖5克,酵母4克。

制作步骤



面粉内加入酵母,用牛奶及温水搅成稀面糊。



熟土豆压成泥,和牛肉末、精盐、白糖、胡椒粉均放入面糊内,搅匀略饧。

煎锅内加黄油烧热,面糊分成两份下入锅内,摊成饼煎熟即成。



操作提示

面糊稠稀要适度。煎制时火不可过大。

俄罗斯蛋饼(俄罗斯)



16

特点

暄软适口，浓香味美。

需要完整PDF请访问: www.crtongbook.com