声明

本电子书由中国农业出版社数字出版，相关权利归中国农业出版社拥有。读者、著作权人和（或）依法可以行使著作权的权利人如有疑问，请与中国农业出版社联系：

地址：北京市朝阳区麦子店街１８号楼

邮编：100026

电话：010-64194921　010-65005894

E-mail：lishanzhao@sina.com

中国农业出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com





现代厨房小百科

XianDaiChuFang

XiaoBaike

韩光明 等 编著



- 厨房电器、用具的正确运用
- 厨房必须的清洁护理
- 厨房的合理装饰、装修
- 厨房的操作误区
- 厨艺的完备提高
- 精心准备的一周食谱

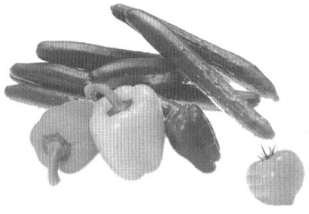
农村读物出版社











169-12 0806

农村读物出版社



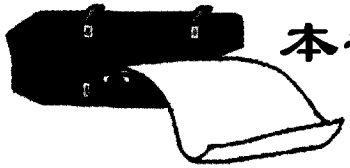
现代厨房小百科

xiandaichufang

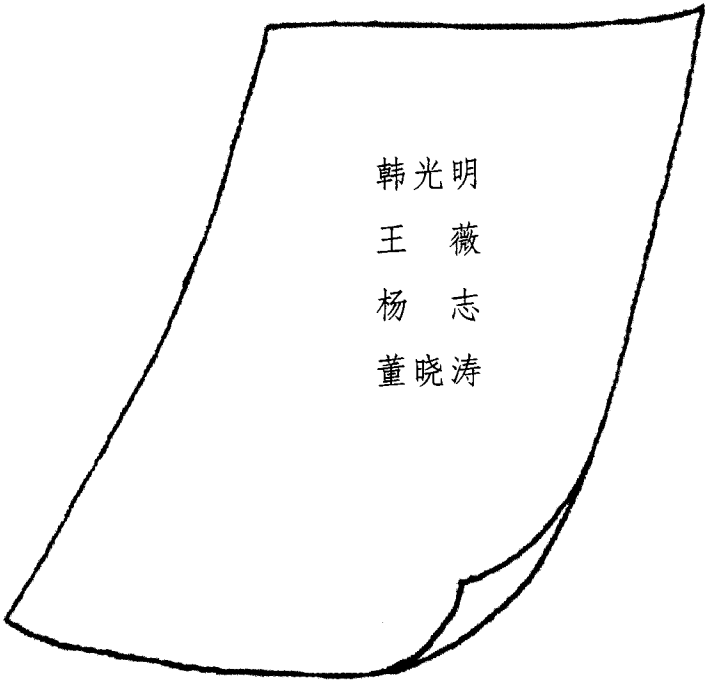
xiaobaike

韩光明 等 编著





本书编者



韩光明

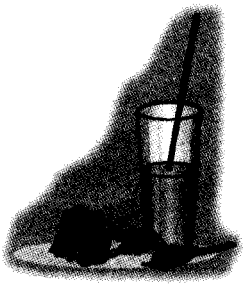
王　薇

杨　志

董晓涛

需要全本请访问 www.ertongbook.com





目　录



厨房电器、用具篇

一、厨房电器…… 3
(一) 电冰箱…… 3
(二) 电饭锅…… 7
(三) 电烤箱……11
(四) 电炒锅……15
(五) 电火锅……18
(六) 微波炉……20
(七) 电热水器……25
(八) 电热杯……27
(九) 净水器……29
(十) 磁水器……31
(十一) 电灶……32
(十二) 抽油烟机……36
(十三) 冷饮机……38
(十四) 多士炉……41

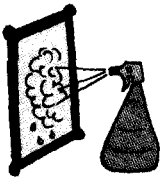
(十五) 三明治炉……44
(十六) 榨汁机……46
(十七) 食物搅拌机……49
(十八) 食物切碎机……52
(十九) 饮料加热器……54
(二十) 冰块机……56
(二十一) 电水壶……62
(二十二) 电热水瓶……64
(二十三) 电咖啡壶……68
(二十四) 洗碗机……70
(二十五) 电煎锅、电烧烤板……73
(二十六) 消毒柜……75
(二十七) 豆浆机……77
(二十八) 多用加工机……81
(二十九) 电热膜玻璃壶……84
(三十) 酸奶器……85
二、厨房用具……86
(一) 高压锅……86
(二) 暖瓶……87
(三) 不锈钢炊具……88
(四) 铝炊具……89
(五) 铁炊具……90
(六) 搪瓷餐具……90
(七) 煤气 (天然气、液化气) 灶……91
(八) 菜刀……93
(九) 菜板……94



食品选、贮、制作篇

一、食品选购和鉴别……97
(一) 肉类 …… 97
(二) 禽蛋类…… 102
(三) 水果蔬菜类…… 108
(四) 干货、海味类…… 117
(五) 水产品类…… 123
(六) 豆制品类…… 128
(七) 饮品类…… 129
(八) 粮油类…… 137
(九) 调味品类…… 143
(十) 其他类…… 148
二、食品保存……154
(一) 肉类…… 154
(二) 禽蛋类…… 156
(三) 水果蔬菜类…… 158
(四) 干货、海味类…… 165
(五) 水产品类…… 167
(六) 豆制品类…… 169
(七) 饮品类…… 170
(八) 粮油类…… 172
(九) 调味品类…… 175
(十) 其他类…… 176
三、食品制作……180

(一) 原料初加工 ……180
(二) 原料细加工 ……191
(三) 调味品的使用 ……207
(四) 肉类制作 ……212
附：微波炉肉类制作 ……228
(五) 禽蛋类制作 ……230
附：微波炉禽蛋类制作 ……239
(六) 蔬菜类制作 ……241
附：微波炉蔬菜类制作 ……255
(七) 鱼虾类 ……256
附：微波炉鱼虾类制作 ……261
(八) 豆制品类 ……264
(九) 米面类 ……267
(十) 饮品类 ……285
(十一) 糖果类 ……293
(十二) 炒货类 ……298
(十三) 调味品类 ……302



厨房清洁护理篇

一、环境清洁 …… 309
(一) 瓷砖……309
(二) 厨房纱窗…… 310
(三) 洗涤槽…… 310
(四) 碗柜…… 310
(五) 厨房水龙头…… 311



(六) 厨用抹布……311
(七) 厨用海绵……311
(八) 厨房玻璃……312
(九) 厨房墙壁……312
(十) 厨房异味去除……312
(十一) 灶台……312
(十二) 厨房灯泡……313
(十三) 排气扇……313
(十四) 餐桌……313
(十五) 减少厨房垃圾……314
(十六) 汤汁、菜渣不要冲入排水管……314
(十七) 水池堵塞疏通……314
二、厨房用具及餐具清洁……314
(一) 水壶……314
(二) 热水瓶……315
(三) 茶杯 (壶) ……316
(四) 碗碟……316
(五) 盘盆……317
(六) 铝锅……317
(七) 玻璃制品……318
(八) 不锈钢制品……319
(九) 平底锅……319
(十) 炒菜锅……320
(十一) 沙锅……320
(十二) 银制品……320
(十三) 珐琅器具……321
(十四) 锡器……321
(十五) 煤气炉……321

需要全本请访问 www.ertongbook.com

(十六) 铁制品…… 322
(十七) 铜器…… 323
(十八) 搪瓷器皿…… 323
(十九) 塑料制品…… 324
(二十) 菜刀…… 324
(二十一) 菜板…… 325
(二十二) 餐具消毒…… 325
(二十三) 餐具清洗…… 326
(二十四) 餐具洗后再冲热水…… 326
(二十五) 冷热水除垢…… 326
(二十六) 利用“水膜”除垢…… 326
(二十七) 醋和牛奶在铝锅上的妙用…… 327
(二十八) 用果蔬渣清除烤网…… 327
(二十九) 米糠当洗涤剂…… 327
(三十) 如何使用洗涤剂…… 327
(三十一) 如何使用去污粉…… 328
(三十二) 蛋壳除焦垢…… 328
(三十三) 洗米水防铝制品变色…… 328
(三十四) 用旧牙刷除污垢…… 328
(三十五) 巧洗面袋…… 328
(三十六) 食品器具要生熟分开…… 329
三、厨房电器清洁 …… 329
(一) 冷饮机…… 329
(二) 冰块机…… 329
(三) 电饭锅…… 330
(四) 电水壶…… 330
(五) 电咖啡壶…… 330
(六) 三明治炉…… 330



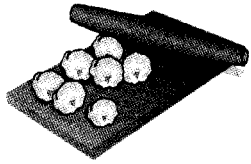
(七) 电冰箱……331
(八) 电炒锅……331
(九) 微波炉……332
(十) 电烤箱…… 332
(十一) 抽油烟机…… 332
(十二) 电子打火燃气灶…… 333
(十三) 电子消毒柜…… 333
(十四) 多用食品加工机…… 333
(十五) 电热水瓶…… 334
(十六) 洗碗机…… 334
(十七) 全自动豆浆机…… 334
(十八) 电灶…… 335
(十九) 磁化热水器…… 335
(二十) 电热膜玻璃壶…… 335
(二十一) 电子炖盅…… 335



厨房装修、装饰篇

一、厨房布置…… 339
(一) 厨房格局设置…… 339
(二) 厨房面积利用…… 341
二、厨房用具及设备…… 342
(一) 搁架…… 342
(二) 抽油烟机…… 342
(三) 微波炉…… 343
(四) 单槽式水槽…… 343

三、面层设计……343
(一) 厨房墙面……343
(二) 厨房地面……344
(三) 操作台面……345
(四) 面层……345
四、其他方面……345
(一) 厨房的几个高度……345
(二) 厨房空间的利用……346
(三) 厨房通风路线的设置……346
(四) 厨房照明设计……347



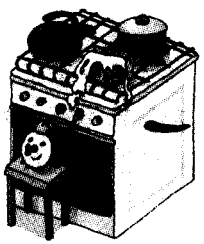
厨房常识正误篇

一、厨房操作正误……351
二、饮食常识正误……390



附录一：厨房小窍门若干例
附录二：一周食谱精选


厨房电器、用具篇



一、厨房电器

（一）电冰箱

1. 选购。

（1）容积选择。

一个家庭选用多大容积的电冰箱，主要取决于家庭人口和每周买菜的次数。三四口之家，选100~150升的比较合适；五六口之家，选150~200升的比较合适。

（2）型式选择。

主要应考虑是选单门还是双门（或多门），直冷式（有霜）还是间冷式（无霜）。单门冰箱冷冻室的温度比双门冰箱高，为-6℃左右，双门冰箱为-6~-18℃，因此，双门冰箱比单门冰箱冻结食品的贮存期长。直冷式双门冰箱比间冷式冰箱冻结时间快，与单门冰箱相同，冷冻室和冷藏室不能单独调节温度，两室的温度只能同时调高或调低，其他性能与间冷式双门冰箱相同。

（3）外观选择与检查。

颜色选择可根据个人爱好，同时考虑与环境色（如家

需要全本请访问 www.ertongbook.com