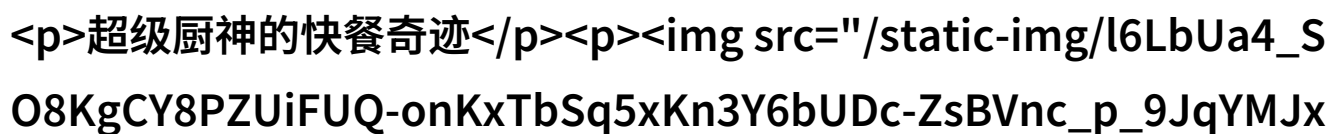


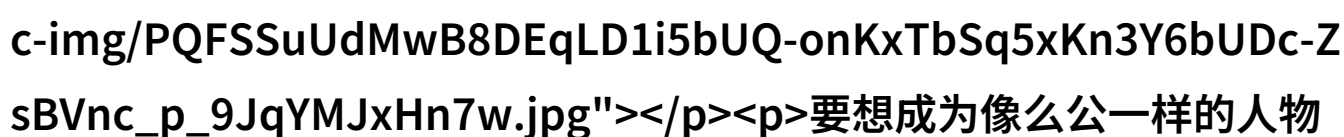
么公在厨房猛进猛出BD超级厨神的快餐

超级厨神的快餐奇迹



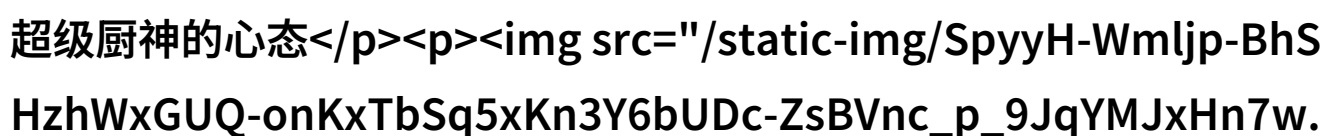
在这个信息爆炸的时代，人们对美食的追求越来越高。么公，在厨房猛进猛出BD，他不仅是一位普通厨师，更是烹饪界的一个传奇。他以极速制作高品质食品而闻名遐迩，这背后隐藏着什么秘密？

如何成为一个超级厨神？



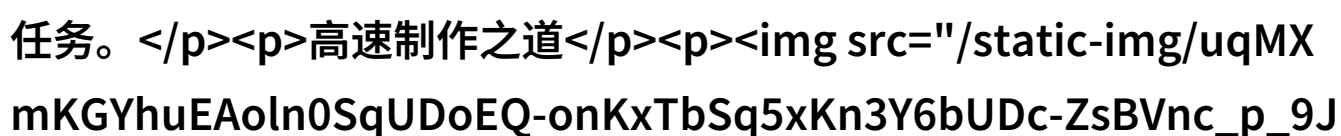
要想成为像么公一样的人物，就需要从基础做起。首先，你必须有强大的烹饪基础，无论是调料、刀工还是火候都必须掌握得当。这需要你不断地实践和学习。

超级厨神的心态



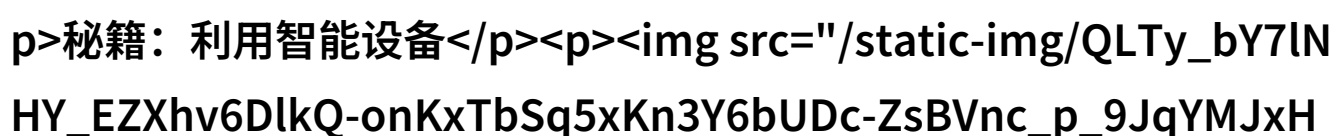
除了技术外，还有一点也非常重要，那就是心态。你不能因为一次失误就气馁，要学会从失败中吸取教训，继续前行。在这种心态下，即使是在最紧张的情况下，也能保持冷静，以最大化效率完成任务。

高速制作之道



那么，我们又该如何在短时间内制作出一顿美味的饭菜？这就要求我们拥有快速切菜、炒制等技巧，而且还要注意每一步操作都是为了节省时间，比如预先准备好所需材料等。

秘籍：利用智能设备



现代科技为我们提供了很多帮助。例如，可以使用智能锅具，它们能够自动控制温度，从而减少人为错误。而且，现在市场上也有很多可以快速切割蔬菜的机械工具，这些都大大提高了工作效率。

结语：超级厨神并不容易成长，但只要坚持不懈，不断学习和实践，总有一天你也能在厨房里“猛进猛出”，让你的每一道菜都

成为别人难以忘怀的一次美食体验。 </p><p>下载本文pdf文件</p>