

<<便当大全>>

图书基本信息

书名：<<便当大全>>

13位ISBN编号：9787504849601

10位ISBN编号：750484960X

出版时间：2007-1

出版时间：农村读物出版社

作者：杨进书

页数：79

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<便当大全>>

内容概要

许多上班族每天中午吃饭的时间一到，就开始头痛“今天该吃点儿什么呢？”。

吃腻了单位附近的大众快餐便当，又担心营养不够。

那么，就没有更好的选择么？

如何制作一款便当，让家人、自己吃得更舒心惬意呢？

现在上班族有福了，我们精心编撰了该书，简单的烹调方法，详细的步骤解析，方便你在家中参考制作。

<<便当大全>>

书籍目录

方便美食 当仁不让PART 1 便当制作预备课 一、便当小史 二、便当制作原则 三、如何选购便当盒PART 2 轻松做美味便当 一、女士私房养颜便当 酸甜木耳黑米饭 木瓜银耳饭 翡翠凉瓜饭 亮白爽心三丝饭 珍珠菇香香饭 蛋面柠香饼便当 菠萝板栗鸡煲饭 天香鸡柳饭 南洋百叶米粉 番茄牛肉宽心粉 二、男士活力滋补便当 胡萝卜羊腩便当 咖喱牛腩便当 肉末卤蛋饭 腊肠红枣鲜虾饭 香脆墨鱼萝卜饭 飘香鲜蚝意粉 香菇烩鸡饭 海参乳鸽饭 香芋百合饭 猪手花旗参配饭 三、经典四季养生便当 春天的朝气便当 蔬菜清爽玉米便当 港式猪扒饭 清炒虾段饭 蘑菇薯仔海鲜饭 翡翠海鲜盖饭 蚝香牛肉炒饭 春色满园便当 香葱鸡肉杂粮便当 火腿茄子便当 多味牛肉丸便当 夏天的舒食便当 蔬菜乌冬面 爽滑酸奶鱼粒便当 鲜蔬鸡柳色拉饭 田园牛肉便当 香蔬烩河粉便当 虾仁鲜香米粉 香酥虾薯泥泰米饭 柠檬竹笋便当 凉粉绿豆便当 橙香葱头鸡排便当 秋天的滋补壮气便当 番茄猪肝饭 咖喱鲜鱿鱼便当 意大利墨鱼香米饭 咖喱鸡丁便当锅 橄榄牛肉盖饭 蟹粉豆腐小米饭 益智炳鱼饭 韩式泡菜炒饭 什锦咖喱炒面 法式鱼卷意粉 冬天的热暖便当 椰香咖喱鸡泰米饭 海鲜糯米肠 香辣官保鸡丁饭 土豆鸡蛋柠香饼便当 蒜香排骨便当 核桃鸭煲仔饭 红烧猪手饭 活力五仁意面 桑巴酱鸡丁便当 茄汁豆羊排鹏 四、小朋友最爱吃的便当 小可爱蛋包什锦饭 香蔬煎鸡腿便激荡 咖喱水果猪肉便当 维也纳猪排便当 多宝时蔬泰米饭 鸡蛋肉卷珍宝饭 胜利超人鸡柳汉堡 鸡汁银鳕鱼五谷饭 大虾握寿司便当 香瓜火腿意粉色拉 五、全家福旅游便当 情侣便当 (1) 酸甜虾球 (2) 蒜茸西兰花 (3) 海带排骨汤 家乐便当 (1) 香煎鸡翅 (2) 香菇油菜 (3) 香菇滑鸡粥 秋天的喜悦便当 (1) 凤梨咖喱骨 (2) 虾仁滑蛋 (3) 火腿青豆汤 情调西餐 (1) 总统三明治 (2) 橙汁猪扒 (3) 爽口猕猴桃可乐 美满生活 (1) 煎羊排 (2) 奶油蘑菇汤 (3) 糖浸胡萝卜

<<便当大全>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>