

<<30分钟开饭>>

图书基本信息

书名：<<30分钟开饭>>

13位ISBN编号：9787506427227

10位ISBN编号：7506427222

出版时间：2003-9-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：梁琼白

页数：83

字数：80000

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>

<<30分钟开饭>>

内容概要

长期在外吃饭不仅减少了家庭情趣，而且也有人担心健康和卫生。

对家庭主妇而言，做饭是烦琐又无法逃避的工作，如果亲力亲为又不得要领，的确会怨怼顿生，把乐趣变成痛苦的负担，也就失去了与家人共食的温馨。

所以，要让读者轻松愉快入厨，让家人享受共餐的乐趣，是本书最重要的使命。

对在职场上冲锋陷阵，又要照顾家庭的女性，希望我的烹饪经验能给你的生活带来更多便利。

<<30分钟开饭>>

书籍目录

下厨快煮进修班双椒牛小排+酸辣白菜+绵苕羹香芹鲜鱿+蒜泥鱼片+白菜牛肉丸汤鸡腿拌小黄瓜+韭菜花炒鸡卷+番茄蛋花汤银芽牛柳+翠芹拌腐竹+福菜鱼头汤糖醋烩鱼+香肠炒蛋+蛤蜊冬瓜汤臊子鳊鱼+炸鱿鱼翠芹+氽丸子汤罗定鸡球+皮蛋炒豆腐+番茄贡丸汤炸鲜鱿+干煸四季豆+酸辣鸭血羹豆瓣罗非鱼+雪菜蚕豆+冬菜丸子汤啤酒虾+白玉丝瓜+莲藕排骨汤干煎赤(鱼宗)鱼+腐乳空心菜+苦瓜鸡汤肉骨茶+金银蛋炒苋菜+蒜蓉蒸虾苦瓜牛肉+鲜笋沙拉+西洋菜排骨汤西湖醋鱼+油焖桂竹笋+鲜牡蛎豆腐汤咖喱牛肉+XO酱鲜笋+鱼片豆腐汤苦瓜焖排骨+梅汁拌藕片+酸笋汤海鲜炒乌龙面+蒜蓉小内瓜+姜丝粉肠汤茭白牛肉+麻酱茄子+腌瓜遮目鱼汤迷迭香鸡腿+鲔鱼沙拉+蘑菇浓汤双椒鱼柳+三丝炒素肠+腌笃鲜胡椒虾+罗勒茄子+鲜笋鸡汤海鲜烩通心粉+鲜菇炒金针+蔬菜浓汤咕嚕肉+珠贝炒西芹+黄瓜鱼丸汤鼓汁鸡球+百合丝瓜+氽肉片汤虾蓉丝瓜+客家小炒+菜干肉片汤奥力冈猪排+鳄梨虾仁+玉米浓汤干煎遮目鱼+炒牛蒡+玉米排骨汤沙锅鱼头+菠菜番茄+干贝烩瓜条葡汗鸡+葱烧豆腐+银萝排骨汤香根牛肉+卤白菜+菜脯鸡汤红曲排骨+圆白菜炒腊肉+沙茶鱿鱼羹葱烧马头鱼+蒜蓉菠菜+虾仁豆腐羹茄烧鳊鱼+豆干白菜+罗宋汤三杯鲑鱼+蒜薹香肠+金菇螺肉汤贵妃牛腩+红烧豆腐+萝卜燕饺汤文昌鸡腿+椒盐毛豆+酸菜肉片汤黄焖鸡+菜花炒香肠+丸子汤

<<30分钟开饭>>

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>