

<<豆浆机美食料理>>

图书基本信息

书名：<<豆浆机美食料理>>

13位ISBN编号：9787506486224

10位ISBN编号：7506486229

出版时间：2012-6

出版时间：中国纺织出版社

作者：犀文图书 编

页数：123

字数：150000

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>

## <<豆浆机美食料理>>

### 内容概要

豆浆在我国有悠久的历史，营养丰富，老少皆宜，它不仅含有丰富的植物蛋白和磷脂，还含有维生素B1、维生素B2和烟酸，以及丰富的铁、钙等矿物质，不仅适合骨质疏松的老人、生长发育的青少年，更适合爱美的女士饮用。

随着豆浆越来越受到人们的喜爱，我们编写此书，通过对豆浆机营养食谱的介绍，不仅展示出豆浆丰富的吃法，更介绍了果蔬榨汁等豆浆机更深层次的用途，让忙碌的您在家中轻松享受豆浆机榨汁的美味与健康。

本书按食材分为特色豆浆、五谷杂粮豆浆、营养米糊和果蔬汁四类，涵盖范围广，内容丰富，材料翔实，排版设计新颖、美观、大方。

手捧本书，细细品尝精心榨制的饮品，尽享生活之美。

<<豆浆机美食料理>>

作者简介

犀文图书：资深策划团队，出版多部美食畅销书。

## <<豆浆机美食料理>>

### 书籍目录

#### part 1 豆浆机知识

小讲堂

豆浆机的选购

豆浆机使用指南

#### part 2 特色豆浆

黄豆浆

红枣绿豆豆浆

红枣枸杞子豆浆

黑米黄豆浆

荞麦豆浆

荞麦大米豆浆

燕麦豆浆

枸杞子豆浆

玉米豆浆

红枣莲子豆浆

黑豆核桃豆浆

养生干果豆浆

枸杞子核桃豆浆

甘薯山药燕麦豆浆

土豆豆浆

南瓜豆浆

橘柚豆浆

生菜豆浆

西芹豆浆

紫薯南瓜豆浆

芦笋山药豆浆

陈皮山楂豆浆

木瓜银耳豆浆

山药苹果豆浆

桂圆豆浆

苹果香蕉豆浆

黄瓜蜂蜜豆浆

雪梨豆浆

橙子豆浆

胡萝卜豆浆

火龙果豆浆

#### part 3 五谷杂粮豆浆

绿豆浆

花生米乳

黑豆沙

薏米汁

小米汁

甘薯山药豆浆

百合银耳绿豆浆

糙米花生米浆

<<豆浆机美食料理>>

糯米黑豆汁  
绿豆薏米浆  
甘薯大米浆  
莲子百合红豆浆  
芦笋黄豆汁  
玉米汁  
杏仁花生米牛奶  
核桃玉米浆  
松仁芝麻浆  
香蕉玉米牛奶  
核桃莲藕浆  
黑米黑豆汁  
玉米扁豆木瓜汁  
目录CONTENTS  
玉米枸杞子汁  
莲子浆  
糯米红枣汁  
芝麻栗子浆  
玉米燕麦片汁  
糯米莲子山药汁  
薏米豆浆  
韭汁豆浆  
花生米豆浆  
part 4 营养米糊  
小米芝麻糊  
薏米红豆糊  
薏米芝麻双仁米糊  
胡萝卜核桃米糊  
杏仁米糊  
胡萝卜米糊  
黑木耳黑米糊  
核桃花生米麦片米糊  
大米土豆糊  
玉米绿豆糊  
薏米糊  
糯米糊  
枣杞生姜米糊  
核桃腰果米糊  
猕猴桃米糊  
山药黑芝麻糊  
南瓜花生米糊  
养心补血糊  
清肝明目糊  
营养早餐糊  
香蕉豆乳糊  
蟹黄豆乳糊  
part 5 果蔬汁

<<豆浆机美食料理>>

哈密瓜毛豆汁  
柠檬橙子汁  
牛奶香蕉汁  
苹果牛奶汁  
菠萝苦瓜汁  
芒果汁  
紫沙果酿美肤汁  
香蕉杂果汁  
香橙苹果奶饮  
草莓综合果汁  
西红柿哈密瓜汁  
酪梨牛奶  
鲜榨菠萝汁  
木瓜生姜汁  
波椒生姜汁  
桃子蜂蜜汁  
哈密瓜奶昔  
草莓奶昔  
西瓜奶昔  
香蕉蜜桃鲜奶  
啤梨奶露  
苹果山药汁  
红豆香蕉酸奶汁  
西瓜西米露  
夏威夷蜜茶  
山楂橘子汁  
菠萝沙冰  
冰镇鸭梨汁  
香蕉杂果汁  
苹果菠萝汁  
菠萝柠檬西芹汁  
橙子胡萝卜汁  
什果宾治  
葡萄柠檬汁

## &lt;&lt;豆浆机美食料理&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：part1豆浆机知识小讲堂豆浆机的选购随着人民生活水平的提高，厨房电器已逐步进入千家万户，越来越多的人享受着现代化电器带来的便利。

但是怎样选购合适的豆浆机，成了许多人的难题，为此，我们介绍了一些选购的方法：豆浆机使用指南1.切勿让水进入机头，使用前或使用后，务必切断电源，使用时置于儿童够不着的地方。

2.制豆浆时，先放原料，再加水，且总量不可越过警戒线。

制完豆浆后，应及时清洗。

3.若机器采用高速电机，粉碎时出现间歇性忽快忽慢的声音属正常现象。

4.制豆浆时，豆浆机需与插座等保持一定的距离，使插头在够得着的范围内，远离易燃易爆物品。

5.使用豆浆机制各类食品时，请严格按照使用说明进行操作。

6.豆浆第一次煮沸后的延煮时间以4~5分钟最为理想。

7.看是否采用“黄金比例”设计：豆量与水量的比例、磨浆的水温、磨浆的时间、煮浆的时间等因素的组合是否达到最佳效果。

8.随机附送的过滤杯是过滤豆浆用的，制作豆浆时一定要从杯体内取出。

9.制浆完成后，尤其全营养豆浆和绿豆豆浆冷却后，请不要再二次加热、打浆，否则会造成糊管。

豆浆机容量的选择也挺重要的，容量小了，不够用，容量过大，浪费资源。

一般情况下，800~1000ml的豆浆机适合1~2人使用，1000~1300ml的豆浆机适合3~4人使用，1200~1500ml的豆浆机适合4人以上使用。

认真检查是否具有3C、CE认证标志，并注意检查电源插头、电线等，以防有的部件在加工时出现问题而导致线丝外露。

(1) 不粘易清洗：不粘豆浆机一般会将水温加热至标准温度后，再进行磨浆等后续工作。

(2) 粉碎效果：电机的性能和刀片的设计是否合理，决定了豆子粉碎的程度和出浆率的高低。

(3) 网罩的设计：科学的网罩设计按人字形交叉排列，密而均匀。

(4) 加热管：性能较好的豆浆机加热管下半部是小半圆形，易于洗刷和装卸网罩。

品牌豆浆机一般都经过多年的市场检验，性能较为完善和优越。

1.品牌:质量较好的豆浆机，其材质和做工都挺好的，各部件有机结合，整个人机体光洁，细腻感强，无划痕。

有一些部件可能是进口配件。

2.服务:性能较好的豆浆机使用起来是非常方便的，基本都可以做到键控控制全过程。

人体和滤网比较容易清洗。

3.检查电线等导电部件:4.质量:完善的售后服务体系是产品品质的良好保证。

虽然选购的是品牌产品，但使用一段时间后，难免出现这样或那样的小问题，比如需要加点油或更换小零件。

因此售后服务就显得挺重要的，你可选择服务网点距离你家最近的品牌豆浆机。

<<豆浆机美食料理>>

编辑推荐

《豆浆机美食料理》编辑推荐：要做美厨娘！

要做帅煮夫！

远离油烟也能做出诱人美味！

特色豆浆、五谷杂粮豆浆、营养米糊、果蔬汁……动动手指，轻轻一按，营养美味自然来。

<<豆浆机美食料理>>

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>