

<<蔬菜的200道食谱>>

图书基本信息

书名：<<蔬菜的200道食谱>>

13位ISBN编号：9787534151934

10位ISBN编号：7534151937

出版时间：2013-1

出版时间：犀文图书 浙江科技出版社 (2013-01出版)

作者：犀文图书

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>

<<蔬菜的200道食谱>>

内容概要

本书介绍了日常生活中的主要食材蔬菜的200种做法，由知名大厨指导操作和菜肴点评，并有针对性地进行营养分析，还有日常饮食宜忌的温馨贴士。

体例科学，内容丰富，制作精美，既能满足家庭的实际需要，也能从中学到家常菜肴的烹饪技巧和相关知识，实乃每个家庭的必备用书。

<<蔬菜的200道食谱>>

书籍目录

Part 1 营养蔬菜 绿色饮食常见蔬菜及其四性五味五色蔬菜的营养及功效四季时蔬的营养特点及养生部分常见蔬菜的选购技巧蔬菜的储存方法.....减少蔬菜中农药残留妙招怎么吃蔬菜最健康营养.....Part 2 瓜果类Part 3 叶菜类Part 4 根茎类

<<蔬菜的200道食谱>>

编辑推荐

“家常食材的N种食谱丛书”共10册，内容涉及鸡、鱼、肉、豆腐、蛋、蔬菜、糖水、粥、面点和汤，每种介绍200道精美佳肴的制作过程，由知名大厨指导操作和点评，并配有相关的营养功效的介绍，还有日常饮食宜忌的温馨提示。

本套丛书体例科学，内容丰富，制作精美，既能满足家庭的实际需要，也能让您从中学到家常美味的烹饪技巧和相关知识，为您和您的家人带来实实在在的健康、营养和滋补，实乃每个家庭的必备用书。

本书为其中一册《蔬菜的200道食谱》，由犀文图书编著。

<<蔬菜的200道食谱>>

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>