第一图书网, tushu007.com

<<吃素>>

图书基本信息

书名：<<吃素>>

13位ISBN编号：9787535242570

10位ISBN编号：753524257X

出版时间：2010-7

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：蔡波 编

页数：64

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

第一图书网, tushu007.com

<<吃素>>

内容概要

俗话说“ 民以食为天 ”。
这句话简明而深刻地指出了饮食在人们日常生活中的重要地位，揭示了饮食是国计民生的重要基石。
饮食是万物之始，更是人事之本，人生五味，春夏秋冬，莫不因饮食而丰富多彩，生机盎然。
古人云：“ 饮食男女，人之大欲存焉。
”可以说好吃是人的天性，人有好吃的习惯，也有好吃的愿望。
对于中国人而言，更是如此。
纵观芸芸众生，可谓食有三品：下品能吃，中品好吃，上品会吃。
能吃是福气，好吃是天分，会吃是智慧。
若能在好吃的天分里融入会吃的智慧，那可真是难得的快意人生。
圣人曰：“ 食不厌精，脍不厌细。
”此话历来是国人的基本美食准则，体现了国人饮食的精品意识和时代追求。
当饮食已经不再局限于充饥裹腹之后，不仅屹饱，更要吃好，吃出滋味，吃出品位，吃出文化，吃出健康，吃得明明白白，这既是饮食之道，也是众生所期。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

蔡波，中共党员，本科学历，湖北武汉人，1972年2月22日生，1990年参加中国人民解放军并荣立个人三等功，现在华中农业大学后勤集团从事餐饮服务工作，代表学校参加各类专业比赛均取得优异成绩，先后荣获全国优秀厨师、湖北烹饪名师，十佳岗位技术能手，湖北省十佳厨师等称号，

第一图书网, tushu007.com

<<吃素>>

书籍目录

原料介绍爽口大拌菜凉拌茼蒿橄榄菜百灵菇西芹花生酱葱油蚕豆薯味雪菜桂花山药椰香小金瓜萝卜干炒土芹笋瓜炒鲜核桃板栗扒娃娃菜杭椒臭千子面筋黄豆芽霉千张筒榨菜羹砂钵芦笋香菇糯米饭松仁黑椒杏鲍菇青豆烩魔芋结南瓜炖海带小葱煎豆腐椒香茼茼笋椒盐红腰豆酸菜拌面白灼芦笋百合板栗烧粽子酸汤柴火豆腐三丁生菜盏茶汁汤圆竹荪王米粒豉椒王米棒互辦酱炒花仁六碗湖藕尖椒白萝卜泡椒腐竹菜心芋头橄榄油炒时蔬韭黄平菇汤荷兰豆炒银杏酸辣紫菜薹锅巴水果沙律泡包菜蒸丝瓜雪菜红萝卜小米锅巴粥黑木耳炒西兰花咖喱土豆拌饭葱油炒面冰糖胖人海口味长豆角杏鲍菇炒粉丝菊香馓子紫菜汤小米粑外婆菜青菜糊黄金椒蒸豆腐红薯玉米片荷塘三宝韭菜梗炒藕丝糯米蒸金瓜茄汁捞豆丝香煎藕饼

第一图书网, tushu007.com

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