

<<营养禽蛋·豆制品>>

图书基本信息

书名：<<营养禽蛋·豆制品>>

13位ISBN编号：9787538013481

10位ISBN编号：7538013482

出版时间：2005-5-1

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：秋实

页数：400

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>

## <<营养禽蛋·豆制品>>

### 内容概要

禽蛋，自古以来就是人们喜爱吃的营养美食，尤其是婴幼儿、孕产妇与年老体弱者的滋补佳品，它含有丰富的蛋折质及维持人体日常所需的多种微量元素。

豆腐是我们的国菜，是公认有营养保健食品，营养成分丰富，其制品在防病、保健上的奉献更是多方面的。

为了让人们更加全面了解、重视禽蛋、豆制品美食的营养与功效，我们精心编写了此书。

希望通过本书的指导，使您能真正品味到禽蛋、豆制品美食带给您的绿色与醇香。

<<营养禽蛋·豆制品>>

书籍目录

禽蛋篇 一、禽蛋美食综述	禽蛋营养 二、禽蛋美食菜肴	(一) 鸡蛋美食	鸡蛋虾子面			
鸡蛋炒饭	蛋丝炒面	鸡蛋番茄同	香滑蛋黄粥	三宝蛋黄粥	蛋皮烧卖	
煎饼子	油条鸡蛋饼	鸡蛋猪肉饼	芝麻白果	如意蛋肉卷	云子卷	
兰草蛋	五彩蛋卷	双色蛋卷	彩云蛋卷	猪肉蛋卷	生蓉鸡蛋卷	三
色鸡蛋糕	三色烧蛋糕	蛋卷山楂糕	水果蛋糕	蒸蛋糕	双蛋糕	水蒸
鸡蛋糕	炸奶油蛋糕	椰蓉蛋球	蛋肉韭菜蒸饺	鸡蛋饺	金银蛋饺	鲜
汤鸡蛋饺	翡翠鸡蛋	.....豆制品篇	附录一 食物营养成分	附录二 食物胆固醇含量		

<<营养禽蛋·豆制品>>

媒体关注与评论

《营养禽蛋豆制品》精选了上百道精美的以禽蛋和豆腐为主料的菜肴，按照原料、做法、特点的编排体例，向人们详尽地介绍了营养菜肴的制作手艺。

该书是您补充丰富蛋白质等的营养保健用书。

都来阅读《营养禽蛋豆制品》吧，让您和您的家人都拥有一副健康的好体魄。

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>