第一图书网, tushu007.com

<<超营养的138道家常汤>>

图书基本信息

书名：<<超营养的138道家常汤>>

13位ISBN编号：9787538414509

10位ISBN编号：7538414509

出版时间：2007-4

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：“ 美食与营养 ”丛书编委会 编

页数：88

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

内容概要

本套丛书由国内多位烹饪大量及营养专家联手而做。
怎么能知道哪些菜既简单学又营养丰富？
怎么能知道各种不同的病症应该吃哪些菜？
怎么能知道哪些信用原料、调料相互搭配对健康有益？
哪些实用原料、调料不能搭配在一起？
在本套丛书中你可以轻而易举地找到你想要的答案。
本套丛书以食用原料分类，其中每道菜品均分为原料、调料、做法、功效四项进行详细的说明。
让您在目录中很容易地找到您想要的健康家常菜，针对您的健康需求来制定自己的食谱。
另外，还赠送超值的烹饪原料的使用说明及烹饪技巧，尽可能地替您着想好烹饪和健康饮食的每一个细节。

书籍目录

蔬菜类　番茄玉米汤　葱白大蒜汤　木耳汤　豆角菜花汤　榨菜肉片酸菜汤　干贝芥菜汤　韭菜面汤　马铃薯三丝清汤　什锦蔬菜汤　萝卜牛蛙丝瓜汤　蜗牛野菜汤　凤菇莲花汤　鲍鱼菇青笋煲双瓜　芦笋菠菜汤　苦瓜番茄汤　白蘑田园汤　腊肉南瓜汤　山药百烩　冬瓜鲜虾豌豆汤　虾子白菜汤　牛肉苦瓜汤　腐竹瓜片汤　丝瓜及第汤　肉片油菜汤肉禽类　杜仲牛膝猪手汤　羊肉洋葱汤　人参阿胶乌骨鸡　猪肝肚领汤　田七杜仲猪腰汤　苏泊牛肉　草决明杞子牛肉汤　淮山杞子炖田鸡　菠菜猪肝汤　银耳银杏乌鸡汤　滋补鞭汤　排骨洋葱南瓜汤　萝卜马铃薯猪骨汤　兔肉山珍汤　羊肉大补汤　竹荪甜角乌鸡汤　红绿豆珧柱瘦肉汤　莼菜鸡丝汤　……水产类豆制品类水果类菌类

章节摘录

插图

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