

<<超营养的138道家常菜>>

图书基本信息

书名：<<超营养的138道家常菜>>

13位ISBN编号：9787538414516

10位ISBN编号：7538414517

出版时间：1998

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：村井真

页数：88

译者：顾时光

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>

<<超营养的138道家常菜>>

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。

<<超营养的138道家常菜>>

书籍目录

畜肉类 三鲜拦牛腱 炆伴腰条 芦笋拦金钱肚 黄瓜拦猪心 水晶牛肉 玉米樱桃肉 海带炖牛肉
块 冬瓜炖羊肉 羊杂蘑菇汤 五花肉荸荠汤 雪菜牛肉汤 紫菜瘦肉花生汤 芥兰排骨汤 鹿筋木
瓜汤 南瓜肉丸汤 羊肉雪耳藕片汤 苦瓜猪肚汤 荷兰豆肉片汤 糟香猪肉汤 滑溜里脊 溜肉段
猪肝炒芹菜 炒肚丝 烧蒸扣肉 辣子八宝腰丁 杭椒牛柳 乳法牛蛙 金银蛋烧排骨 红焖肉块
清烹里脊水产类 银丝三文鱼 海鲜拦菜 五彩拦鲜鱿 翡翠拌蚬子 凉拌海兔 枸杞拦螺片 凉
拌鱼皮 烩酸辣鱼丝 五香瓦块鱼 河蟹炖南瓜 沙锅鲫鱼 刮炖鳊鱼家禽类菌藻类豆制品
类蔬菜、水果类

<<超营养的138道家常菜>>

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>