

<<酸甜苦辣轻松瘦>>

图书基本信息

书名：<<酸甜苦辣轻松瘦>>

13位ISBN编号：9787543322264

10位ISBN编号：7543322269

出版时间：2008-1

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：她品文化

页数：203

字数：200000

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>

<<酸甜苦辣轻松瘦>>

内容概要

本书中的酸甜苦辣4种口味共计200款美食，让广大女性读者享受口福和轻松瘦身同时进行。书中每道菜都配有精美插图、热量统计、制作方法和瘦身私语，读来轻松活泼。

<<酸甜苦辣轻松瘦>>

书籍目录

第1章 酸 酸奶水果沙拉 醋油菠菜 香橙烤鸡 凉拌水萝卜 酸香果酱 柠汁鳕鱼 黄瓜泡菜 香煎鲭鱼 胡萝卜拌菠萝 凉拌瓜子菜 番茄白嫩鱼 小碎骨海带汤 酸辣土豆丝 茄汁鱼 酸辣藕丁 橙汁炸鱼片 橙香绿豆芽 黄瓜萝卜泡 姜汁豇豆 番茄焖牛肉 茄汁里脊条 素炒藕丸 罗宋汤 番茄鱼片 茄汁香芋 番茄豆腐汤 三色鸡丁 泡菜肉片 糖醋瓦块鱼 柠汁口蘑 茄汁鱼 酸香鳕鱼 茄香菜花 拌凉粉 菠菜粉丝 凉拌海带 焖鱼腩 松仁麻酱淋菠菜 菊花豆腐鱼 牛肉番茄土豆泥 大白菜炒鱼丸 萝卜鱼卷 凉拌西兰花 豆豉蒸鳕鱼 蒜泥裙带菜 鱼香笋夹 雪菜豆芽 紫菜虾皮汤 木耳炒西芹 香菇菜心 香滑鲈鱼 上汤菜心第2章 甜第3章 苦第4章 辣

<<酸甜苦辣轻松瘦>>

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>