

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

图书基本信息

书名：<<下飯菜50味輕鬆煮>>

13位ISBN编号：9789867139160

10位ISBN编号：986713916X

出版时间：2009

出版时间：良品文化館

作者：陳穎仁

页数：103

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>

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

前言

序：天然健康的料理從簡單做起新世紀的來臨，人們的飲食已到包羅萬象了。

以前從吃飽沒到吃好，吃精，現在要吃的是天然與健康的時代了。

其實天然健康的料理是在於取材及簡易的處理過程使食材的原汁原味及營養不致於流失，就是這麼簡單。

不過最要還是要好吃，這是許多朋友的建議，好吃才有吸引力，誘惑力，才能讓更多的人去接受它。

這次蒙邱寶鈞老師的推薦，出版社詹先生的邀請特別規劃了50道天然健康的菜餚，由淺入深，易學易懂，做法簡單內容詳細，讓每位讀者，看它以後個個都是素食高手，都能做一手天然健康的好料理。

同時也要感謝邱老師，心慧及所有工作同仁的協助，本書才能順利完成，感恩大家。

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

內容概要

每日的美味由您親手決定！

本書收錄50道您一定做得來好吃素料理，道道都很下飯，絕對讓全家大小胃口大開！
名師出菜譜，教你輕鬆做好菜，以美食拴住全家人的胃！

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

作者簡介

陳穎仁 前中華素食協會理事長、善仁齋素食館董事長。

學歷：專科學校自學進修學力鑑定考試及格 經歷：北城素食餐廳主廚、全省素食之家主廚、松林素菜餐廳主廚、禪綠素菜餐廳主廚、觀世音素菜餐廳行政主廚、千喜屋素菜餐廳總經理、中華素食技能發展協會理事長、職訓局中餐檢定評鑑委員、佛光山佛光會烹飪班講師、新竹社區婦女關懷協會素食班講師、觀光局中華美食展第一屆模範名廚、第二屆教授與名廚研討會主講名廚、第一屆中華美食展國際賽個人銀牌團體銅牌、第一屆客家美食展菜餚設計及訓練老師、大磐企業食品有限公司技術顧問、日本九州天然王國技術顧問、教育部教師專案素食乙級專任講師、喬治中學成人教育班素食講師、淡水社區大學素食班講師。

現任：中華素食技能發展協會名譽董事長、社團法人中華中外美饌研究發展協會常務理事、職訓局中餐檢定評鑑委員、育達中學餐飲科顧問、大磐企業食品有限公司技術顧問、桃園餐飲協會素食專業講師。

著作：《菇，最好吃！

- - 可以天天換著吃，變著吃的50道菇料理》、《瓜．果．筍真好吃！
- - 50道不同風味的瓜、果、筍料理》。

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

書籍目錄

1. 新好彩頭2. 桔醬玉筍3. 螺旋的黃瓜4. 五彩花生5. 拌牛蒡絲6. 涼拌珊瑚芋7. 拌黃豆芽8. 涼拌南瓜9. 冬菜毛豆10. 味噌苦瓜11. 拌馬鈴薯12. 采三色蘆筍13. 香菜豆干絲14. 柳松銀絲15. 醬拌鮮筍16. 醬汁山藥17. 翠玉西芹18. 桑椹蓮藕19. 拌絲瓜冬粉20. 拌龍鬚菜21. 翡翠珍球22. 脆爆猴菇23. 香椿煎素蛋24. 蓬萊鮮果捲25. 五味肚絲26. 粉紅白玉27. 素翅瓜捲28. 枸杞河粉捲29. 芝麻香饅30. 黃金白玉果31. 彩虹金花32. 芝麻脆玉33. 銀絲烏龍34. 茄汁佛手35. 豉汁白玉36. 炸素肪37. 翡翠芽白珍菇(6) 38. 咖哩金條39. 翡翠香櫛40. 袋裡乾坤41. 茄汁玉球42. 金針腐結43. 橙香紫捲44. 五味蒟蒻素尤魚45. 香麻白果杏菇煲46. 鳳果白玉黃金煲47. 羅漢煉筋QQ煲48. 寶皇干貝翠玉柱49. 糯米紫腸50. 八寶芋絲塊

<<下飯菜50味輕鬆煮>>

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>