

<<一学就会的家常小炒288例>>

图书基本信息

书名：<<一学就会的家常小炒288例>>

13位ISBN编号：9787501962549

10位ISBN编号：7501962545

出版时间：2008-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：何利 编

页数：104

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>

<<一学就会的家常小炒288例>>

内容概要

出于多年来对轻工版《大众菜谱》的深厚感情，作者一直关注“轻工出版”美食书的变化。近几年，为适应时代的变化，中国轻工业出版社在原来《大众菜谱》的基础上，开创了“现代人”品牌，编辑出版了一本又一本广受读者欢迎的优秀美食书。

目前，“现代人”美食菜谱发行量已经突破350万册，形成了良好的社会效益和公众影响力。

这套288例系列，就是在多年来积累的美食菜谱的基础上，加以精心挑选编辑撰而形成的、适合家庭使用的新版菜谱书，分为《一学就会的家常小炒288例》《一学就会的家常肉食288例》《一学就会的家常主食288例》《一定要喝的美味汤288例》《一定要吃的家常菜288例》《一学就会的懒人菜288例》等，适合不同读者需要，所收录的菜谱兼顾美味和营养，做法简单易学，内容贴心实用，有很高的性价比。

<<一学就会的家常小炒288例>>

作者简介

<<一学就会的家常小炒288例>>

书籍目录

Part 1 蔬菜类 XO酱爆大白菜 奶油炒奶白菜 生焗菠菜 蚝油生菜 蒜蓉生菜 椒丝南乳爆生菜 蒜蓉茼蒿 干煸茼蒿 素炒苋菜 炆炒圆白菜 五香韭黄 清炒豆苗 海米芹菜 腰果芹菜 西芹百合 蒜蓉芥菜 清炒没麦菜 椒麻油麦菜 开胃酸菜 蒜蓉西兰花 爆炒荷兰豆 辣炒四季豆 田园炒双脆 西芹百合炒银杏 雪菜炒毛豆 尖椒土豆丝 脆炒南瓜丝 炆炒藕片 尖椒炒茄丝 醋熘青椒 素炒黄瓜 干煸苦瓜 菠萝苦瓜 素炒茭白丝 干煸冬笋 粉丝炒银芽 炒黄豆芽 素炒三丝 酱汁古丁 松仁玉米Part 2 食用菌类 香菇油菜 香菇西兰花 冬菇白菜 番茄草菇 酱爆草菇 酸甜平菇 红烧平菇 鲜蘑烩豌豆 蘑菇炒莴笋 蘑菇烧菜花 滑子菇炒青豆 金针豆角丝 素炒金针菇 炒银耳 苦瓜炒木耳 木耳炒山药 双菇油面筋 素炒五丁Part 3 豆及豆制品类 三鲜炒豆花 麻婆豆腐 木樨豆腐 滑炒豆腐 红烧日本豆腐 家常豆腐 酸甜豆腐 蚝油豆腐 水晶豆腐 香辣豆腐 咸蛋黄豆腐 松仁豆腐 韭黄炒豆腐 青椒炒豆腐 青椒豆腐 笋尖炒豆腐 素炒豆腐丝 蒜苗炒豆腐干 雪菜炒豆腐干Part 4 畜肉类Part 5 禽蛋类Part 6 水产类Part 7 米面类附录

<<一学就会的家常小炒288例>>

编辑推荐

我国著名营养学家李瑞芬推荐： 不求最多只要最精的288道美味佳肴，省时省力轻松搞定。
世界美食图书大奖获奖图书精选本。

李瑞芬，我国著名临床营养专家，北京军区总医院主任营养师、专家组织成员，1944年毕业于上海震旦大学家政系食品临床营养专业。

现任中国烹协美食营养委员会常务副会长，并在食品、营养、烹饪、卫生等专业领域中卓有建树。

编著了《临床营养学》《厨房中的营养》《哺育好你的幼苗》《中式烹调与营养》以及“教你吃饭系列丛书”等多部著作，参加拍摄中央电视台“饮食长廊”等节目共60余集，并多次担任国庆大阅兵的首席营养顾问，在部队有多项科研成果获奖。

<<一学就会的家常小炒288例>>

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>