

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

图书基本信息

书名：<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

13位ISBN编号：9787504848406

10位ISBN编号：7504848409

出版时间：1970-1

出版时间：农村读物出版社

作者：朱太治

页数：47

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>

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

内容概要

孩子健康成长是妈妈爸爸最大的心愿，《小朋友最爱吃的水果套餐》是一本专为孩子精心打造的健康美味宝典！

根据小朋友的生理特点和营养需求，精心编排了47道小朋友最爱吃的营养水果套餐，道道鲜香、道道可口、道道营养，教您在家中轻松制作的绝妙方法，帮助孩子们获得均衡营养，让他们吃得更开心，长的高，更聪明，健康快乐地成长！

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

书籍目录

序1 轻松预备课(一)吃水果的学问(二)小朋友常吃水果好处多多2 活力水果饮品营养多碳酸饮料火龙果慕斯杯玫瑰苹果露香蕉豆浆饮夜宵好伴侣香甜蜜果饮西瓜幻彩捞葡萄雪泥苹果奶茶冰镇菠萝汁爽口猕猴桃可乐哈密瓜酸奶乳聪明核桃奶汁3 爽口水果冰点水晶梨彩冻鲜桃冰激凌多果珍宝捞奇异果黑雨捞鲜果沙巴雍迷彩水晶果冻蜜橙香蕉冰沙冰爽西瓜雪泥百果豆浆冻口口香冰沙椰奶蜜香冻奇异苹果冰沙香蕉奶油冰激凌4 美味果肴靓煲香奶西米露酸甜奇异沙拉雪梨莲子盅西瓜蒸蛋桂圆果蛋汤菠萝虾子战队娇龙栗子粥香蕉火腿卷荔枝阿列蛋鹌鹑蛋水果煲美味香蕉营养荔枝羹蜜枣龙眼粥酪梨芒果沙拉飘香苹果奶蛋蜜汁三鲜西芹雪梨沙拉橘子布丁绵蜜小沙拉鲜奶香果匹萨魔蛋沙律

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

章节摘录

书摘火龙果慕司杯 看看原料 火龙果肉100克, 猕猴桃果肉50克, 番茄200克, 鸡蛋清60克, 酸奶油30毫升, 鲜奶油80毫升, 白糖、柠檬汁、糖汁各适量。

学学做法 1 将火龙果肉用挖球器挖成圆球, 猕猴桃果肉切成小块, 鲜奶油打发, 放入冰箱中冷藏备用。

2 在番茄底部用刀轻划十字, 放入滚水中, 待表面完全冷却后, 去皮切小块, 放在果汁机中搅打成番茄糊待用。

3 锅中放入番茄糊、柠檬汁及糖汁拌匀, 加入酸奶油拌匀, 加入鸡蛋清、白糖拌匀, 再加入冰好鲜奶油搅拌均匀, 倒入杯中, 放入冰箱中冷藏至冰凉, 取出后放上火龙果球、猕猴桃块即成。

P6

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

编辑推荐

孩子健康成长是妈妈爸爸最大的心愿，这是一本专为孩子精心打造的健康美味宝典！根据小朋友的生理特点和营养需求，精心编排了47道小朋友最爱吃的营养水果套餐，道道鲜香、道道可口、道道营养，教您在家中轻松制作的绝妙方法，帮助孩子们获得均衡营养，让他们吃得更开心，长的高，更聪明，健康快乐地成长！

<<小朋友最爱吃的水果套餐>>

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>