

<<简易美味健康炖菜>>

图书基本信息

书名：<<简易美味健康炖菜>>

13位ISBN编号：9787506481304

10位ISBN编号：7506481308

出版时间：2012-3

出版时间：中国纺织出版社

作者：尤焕荣

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>

<<简易美味健康炖菜>>

内容概要

《简易美味健康炖菜》，本书介绍了120多道家常炖菜的做法，步骤详尽，食材家常，食补效果明显，操作性很强，配以直观明了的步骤图，是美食爱好者制作美味炖煮菜的好帮手。

<<简易美味健康炖菜>>

作者简介

尤焕荣，男，1950年出生。

中国烹饪大师。

“国家高级技师”、“国家高级考评员”职称，并先后荣获“汕头市第一届烹饪名师”、“广东省烹饪名师”、“中国烹饪大师”、“潮菜烹饪大师”、“中华金厨奖”等荣誉称号。

菜品助理：蓝坤容，国际注册高级营养师国家高级营养师中式潮菜高级烹调师中医药膳制作师曾获“中式潮菜烹饪名师”称号。

<<简易美味健康炖菜>>

书籍目录

我与美食的不解之缘

编著者的寄语

各具特色的炖煮文化

情趣盎然的古今中外汤文化

搭配好食材胜过好医药

一口靓锅，炖出鲜美好味道

第一章 美味家常炖品

花菇炖柴鸡

冬瓜炖鸭

南瓜炖鱼头

鱼头炖芋头

海带瘦肉汤

红枣炖瘦肉

排骨黄豆炖苦瓜

西红柿炖牛腩

胡萝卜炖羊肉

土豆炖猪尾

鲫鱼豆腐汤

筒子骨炖粉藕

红汤炖羊排

排骨炖海带

莲藕炖牛腩

赤小豆炖鲤鱼汤

猪尾炖菱角

鲜笋炖牛肉

羊肉豆腐汤

板栗炖羊肉

鲤鱼头煮冬瓜

咖喱炖鸡翅

咖喱羊肚蕨掇

板栗油菜枸鱧

鸡肉马蹄套餐

猪肉菜胆套餐

排骨萝卜套餐

牛腩木耳套餐

袖子肉炖鸡

红萝卜炖猪骨

蚕豆炖牛肉

火腿冬瓜汤

第二章 精选养生炖补

第三章 奢美滋补

第四章 清新粥品甜汤

<<简易美味健康炖菜>>

章节摘录

版权页：插图：

<<简易美味健康炖菜>>

编辑推荐

《简易美味健康炖菜》编辑推荐：美味家常炖品，精选养生炖补，奢美滋补靓汤，清新粥品甜汤。炖煮有心得，靓汤不费劲。

<<简易美味健康炖菜>>

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>