第一图书网, tushu007.com

<<家常营养主食328例>>

图书基本信息

书名：<<家常营养主食328例>>

13位ISBN编号：9787536698239

10位ISBN编号：7536698232

出版时间：2008-7

出版时间：重庆出版社

作者：《健康餐桌》编委会 编

页数：95

字数：70000

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

内容概要

在高效率、快节奏的现代社会中，一顿美味的家常便饭可以让您和家人享受宁静与安逸，同时也可以体味到烹调过程中的快乐。
简单的五谷杂粮可以烹制多种美味主食，每一种都可以为您提供丰富的营养和幸福的体验。

书籍目录

Part.01 百变营养米饭　炒饭　　红椒牛肉饭　　咸鱼鸡丁饭　　番茄虾仁炒饭　　火腿青菜炒饭　　培根玉米炒饭　　香菇蛋炒饭　　腊肉蛋炒饭　　田园菠萝炒饭　　香葱豆干炒饭　　夏威夷炒饭　　茄汁豌豆炒饭　　扬州炒饭　　板栗鲜贝饭　蒸饭　特色饭Part.02 好吃面·美味粉　面类　粉类Part.03 特色面点　饼·包子　饺子·馄饨　特色点心Part.04 花式养生粥　肉粥　素粥Part.01 百变营养米饭　炒饭　蒸饭　特色饭Part.02 好吃面·美味粉　面类　粉类Part.03 特色面点　饼·包子　饺子·馄饨　特色点心Part.04 花式养生粥　肉粥　素粥

章节摘录

插图：

编辑推荐

《家常营养主食328例》中尝试过做各种各样的点心吗？
这里有馒头、花卷、汤圆、粽子、蛋糕、平常的米面，只要揉制成面团，配以可口的馅料，就可以随心所欲地做出各具风味的家常主食。

第一图书网, tushu007.com

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