第一图书网, tushu007.com

<<一定要喝的滋补汤羹328例>>

图书基本信息

书名：<<一定要喝的滋补汤羹328例>>

13位ISBN编号：9787536698246

10位ISBN编号：7536698240

出版时间：2008-7

出版时间：《健康餐桌》编委会 重庆出版集体，重庆出版社 (2008-07出版)

作者：《健康餐桌》编委会 编

页数：95

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

《一定要喝的滋补汤羹》讲述了当您开始厌烦了单调的主食、油腻的菜肴时，不妨做一道汤羹来调节一下胃口，同时改变一下心情！
汤羹不仅可以增进食欲、补充体液，还有防病、抗病的功效，营养价值及食疗功效颇高，而且极易被人体吸收。
汤羹水分多且软嫩润滑，有利于肠胃的调养，尤其适合老幼体弱者食用。
餐桌上搭配一道营养汤羹，一定可以让您的饮食更合理，身体更健康。

书籍目录

Part 01 滋补养生肉汤羹畜肉·禽肉莲藕排骨汤/黄豆排骨蔬菜汤/白果排骨汤木瓜猪骨花生汤/紫菜玉米眉豆汤/五味人参猪脑汤/双菇肉丝羹肉丝豆腐羹/花旗参无花果瘦肉汤/玉米香菇大骨汤/菠菜猪血汤玉竹心肺汤/玉米须猪肚汤/牛肉鸡蛋羹辣味牛肉土豆汤牛肉口蘑雪豆汤/清炖牛筋汤/牛百叶萝卜汤莲藕红枣牛骨汤/萝卜羊肉汤/羊肉山药青豆汤羊肝菠菜羹/芦笋南瓜乌鸡汤/桂圆枸杞鸡汤/西兰花鸡汤莼菜鸡丝羹/首乌当归鸡汤/菠萝苦瓜鸡汤/栗子煲老鸭汤水产海鲜……Part 02 营养保健素汤羹时令蔬菜营养菇菌Part 03 清润美味甜汤羹清新水果特色甜汤羹Part 01 滋补养生肉汤羹畜肉·禽肉水产海鲜Part 02 营养保健素汤羹时令蔬菜营养菇菌Part 03 清润美味甜汤羹清新水果特色甜汤羹附录

章节摘录

插图：

编辑推荐

《一定要喝的滋补汤羹》编辑推荐：滋补营养新概念，好学易做巧煲汤。
营养保健功效强，全家最爱美味汤。

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