

<<超营养的138道家常菜>>

图书基本信息

书名：<<超营养的138道家常菜>>

13位ISBN编号：9787538414516

10位ISBN编号：7538414517

出版时间：1998

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：村井真

页数：88

译者：顾时光

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>

<<超营养的138道家常菜>>

内容概要

本套丛书由国内多位烹饪大量及营养专家联手而做。

怎么能知道哪些菜既简单学又营养丰富？

怎么能知道各种不同的病症应该吃哪些菜？

怎么能知道哪些信用原料、调料相互搭配对健康有益？

哪些实用原料、调料不能搭配在一起？

在本套丛书中你可以轻而易举地找到你想要的答案。

本套丛书以食用原料分类，其中每道菜品均分为原料、调料、做法、功效四项进行详细的说明。

让您在目录中很容易地找到您想要的健康家常菜，针对您的健康需求来制定自己的食谱。

另外，还赠送超值的烹饪原料的使用说明及烹饪技巧，尽可能地替您着想好烹饪和健康饮食的每一个细节。

<<超营养的138道家常菜>>

书籍目录

畜肉类 三鲜拦牛腱 炆伴腰条 芦笋拦金钱肚 黄瓜拦猪心 水晶牛肉 玉米樱桃肉 海带炖牛肉块 冬瓜炖羊肉 羊杂蘑菇汤 五花肉荸荠汤 雪菜牛肉汤 紫菜瘦肉花生汤 芥兰排骨汤 鹿筋木瓜汤 南瓜肉丸汤 羊肉雪耳藕片汤 苦瓜猪肚汤 荷兰豆肉片汤 糟香猪肉汤 滑溜里脊 溜肉段 猪肝炒芹菜 炒肚丝 烧蒸扣肉 辣子八宝腰丁 杭椒牛柳 乳法牛蛙 金银蛋烧排骨 红焖肉块 清烹里脊水产类 银丝三文鱼 海鲜拦菜 五彩拦鲜鱿 翡翠拌蚬子 凉拌海兔 枸杞拦螺片 凉拌鱼皮 烩酸辣鱼丝 五香瓦块鱼 河蟹炖南瓜 沙锅鲫鱼 刮炖鳊鱼家禽类菌藻类豆制品类蔬菜、水果类

<<超营养的138道家常菜>>

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>