

<<超营养的138道家常粥>>

图书基本信息

书名：<<超营养的138道家常粥>>

13位ISBN编号：9787538414530

10位ISBN编号：7538414533

出版时间：2007-4

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：《美食与营养》丛书编委会 编

页数：88

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道家常粥>>

### 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道家常粥>>

书籍目录

禽肉类 萝卜火腿粥 猪肺粥 香葱鸡粒粥 羊肝粥 猪肚粥 皮蛋瘦肉粥 猪肝菠菜粥 牛杂粥  
生滚牛肉粥 牛腰粥 羊腩苦瓜粥 羊肉粥 天冬狗肉粥 麻雀粥 猪蹄粥 沙锅排骨粥 乌雄鸡  
粥 鸽肉粳米粥 鸭粥 栗子猪肾粥蔬菜类 木耳大枣粥 冬瓜蚕豆壳粥 芹菜粥 郁李仁苦瓜粥  
南瓜百合粥 百合玉竹粥 郁李仁紫菜粥 丝瓜粥 芹菜海米粥 芹菜山楂粥 黑木耳芹菜粥 口蘑  
香菇粥 什锦烤麸粥 松花苦苣粥 荷叶玉米须粥 冬瓜粥 干姜粥 韭菜籽粥 竹荪玉笋粥 黑木  
耳粥 .....水产类粮食豆类药食两用类水果类

<<超营养的138道家常粥>>

章节摘录

插图

<<超营养的138道家常粥>>

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>