

<<家常滋补汤粥>>

图书基本信息

书名：<<家常滋补汤粥>>

13位ISBN编号：9787538434415

10位ISBN编号：7538434410

出版时间：2007-2

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张奔腾

页数：263

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>

## <<家常滋补汤粥>>

### 内容概要

本书是目前全国最完整、最权威的实用家常汤粥菜谱，收入了700余款家庭实用的汤菜例。并将煲汤按功效分为：“瘦身降脂”“养肤养颜”“益气理血”“滋阴润燥”“润肺清热”“强身润脏”“补肾壮阳”“补心安神”八大类供您按需选择。

本书图文并茂，力求简单实用、易学易懂，既适合家庭操作，又美味可口、省时省力，又能实现其各种实用功效。

书中汤粥品所用的材料、调味料均标明投料用量及比例，做法可举一反三，发挥创意。

<<家常滋补汤粥>>

书籍目录

煲好汤的技巧 做汤的一些基本工具 熬煮汤品美味的不败秘诀 汤与调味品的基底调和 汤品调味料型速配美味汤底大公开煮好粥的技巧 煮粥妙法 煮粥必需的调味品 家庭煮粥小常识 肉类食材食疗方案益气理血汤 荷兰豆肉片汤 苦瓜猪肚汤 墨鱼仔烧肉汤 乌骨鸡莼菜汤 雪菜牛肉汤 板栗花生汤 鸽肉萝卜汤 泥鳅虾肉汤 白果肚汤 南瓜牛肉汤 肉末小土豆汤 卤肉年糕汤 辣味牛肉土豆汤 兔肉香芋汤 鸡汤煮芸丝 桔梗牛杂汤 牛肉萝卜汤 羊肉山药青豆汤 豆豆汤 蝶瓜鸡肉汤 番茄翅根汤 鱼肉萝卜汤 鲫鱼豆腐汤 萝卜豆酱汤 天麻川芎鱼头煲 咖喱猪肉汤丸 鳕鱼薯块洋葱汤 香芹藕片八爪鱼汤 墨鱼油菜汤 ..... 益气理血粥滋阴润燥汤滋阴润燥粥润肺清热汤润肺清热粥强身润脏汤强身润脏粥补肾壮阳汤补肾壮阳粥补心安神汤补心安神粥瘦身降脂汤健脾益胃粥养肤养颜汤

## <<家常滋补汤粥>>

### 编辑推荐

喝出营养，喝出健康，基本知识全知道，煲汤、煮粥并不难，操作简单易学，做法介绍详尽，养生滋补功效最全面，品种丰富千余道。

选取具有各地特色，并且是家庭最实用的美味汤、粥，共计千余种。

实现了汤煲、粥品滋补养生的八大功效，并且每道菜品都有详尽的功效介绍和提示说明。

全面提供关于煲汤、煮粥的基本知识，让您更能轻易上手做出美味滋补汤、粥。

选取具有各地特色，并且是家庭最实用的美味汤、粥，共计千余种。

实现了汤煲、粥品滋补养生的八大功效，并且每道菜品都有详尽的功效介绍和提示说明。

全面提供关于煲汤、煮粥的基本知识，让您更能轻易上手做出美味滋补汤、粥。

《家常滋补汤粥（养生滋补特惠版）》以养生滋补为目的，向您介绍“健脾益胃粥”，“滋阴润燥粥”，“补心安神粥”，“强身润脏粥”，“益气理血粥”，“润肺清热粥”，“补肾壮阳粥”等七类营养滋补粥300余款，将美味、保健、养生融为一体，图文并茂，简便易学。

<<家常滋补汤粥>>

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>