

<<花样沙拉>>

图书基本信息

书名：<<花样沙拉>>

13位ISBN编号：9787538438116

10位ISBN编号：7538438114

出版时间：2008-7

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：萨巴蒂娜 主编

页数：160

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>

## &lt;&lt;花样沙拉&gt;&gt;

## 内容概要

沙拉总与幸福相关，幸福总与爱情缠绵。

执着于某人的情结，是爱情的缩影，而沙拉赋予我们的，则是品不够的舌尖情结。

一盘沙拉，她静静地停留在桌面上，别样的悠闲，别样的从容。

你低头不语，望着那完美的组合。

她不时地变幻，左右着你的思绪。

不知该如何形容她无以伦比的色泽，水果、蔬菜、海鲜、肉类，没有分明的界限，谁与谁交融，都和谐共鸣；每一样，都拥有光鲜而饱满的姿态。

一盘沙拉，无论里面包含的是山珍海味，还是瓜果蔬菜，她都将其斑斓渲染得淋漓尽致。

以一种不迫的从容，品味沙拉的百般滋味，无论是谁都会情不自禁陶醉其中，合拢唇齿、十指相扣的温暖瞬间被点燃。

心绪之间流露着那份若隐若现的沙拉情结，纯真而美好。

可能你更偏爱鲜美可口的水果沙拉，因为那里有的溢满了草莓的甜香，有的充斥着菠萝的酸美，更有连成串的葡萄珠为水果沙拉增色。

或许，在另一个人的眼中，布满着新鲜的西兰花、玲珑的圣女果、艳丽的胡萝卜的蔬菜沙拉更加受宠。

更或许，某位多情的食客对每款沙拉都乐此不疲。

是的，这就是沙拉的魅力！

平凡的水果和蔬菜，被优雅地淋入那可口的沙拉酱汁，顿然生色，变幻出各种诱人的味道，清新自然、柔和清爽。

瓜果的黯淡被魔法般地转变为明艳，时蔬的生涩也在瞬间蜕变为温婉。

一盘沙拉活色生香，令人唇滑齿润、回味无穷。

营养学博士告诉我们：“一天中最容易改善你的营养状态的方法，就是吃沙拉。

”然而无论你吃沙拉是为了爽口、减肥，还是健康，唯有聪明选择，明智搭配，才是达到目的的不二法门！

在这里，可以尽情释放你的沙拉情结，她会在默默无语之间给你丰富的想象力与善感的思维，让你倾情、迷恋与心醉……长久以来心仪的电影《阿甘正传》中的那句台词：“Live was like a box of chocolates . you never know what you’re gonna get.

”这也恰似品尝沙拉的感觉，你永远不知道下一秒钟，你口中的滋味是柠檬的酸，还是苹果的甜，亦或是芥末的辛辣……正因如此，你执着于沙拉情结之间，而不能自拔。

爱上沙拉，就好比爱上幸福。

多情沙拉，一果一蔬总关情。

## &lt;&lt;花样沙拉&gt;&gt;

## 书籍目录

爱上了便是永恒——肉肉沙拉西式浪漫——鲜橙烤牛柳沙拉夹在馒头里更美味——甜花生酱鸡丝沙拉  
 餐桌上的香饽饽——蒜香培根鸡蓉沙拉大勺舀着吃——火腿奶酪沙拉香薯创意——马铃薯火腿沙拉神  
 仙也艳羨你的口福——金菠萝鸡粒沙拉阳光早餐好胃口——香煎馒头叉烧沙拉梦之旅——香橙火鸡沙  
 拉徜徉在多瑙河畔——德式培根土豆沙拉芝香充盈的笑容——芝香双脊沙拉美味亦倾城——叉烧鸡丝  
 沙拉至尊美味，至极享受——烤大排沙拉共同分享的美味——海鲜沙拉千面佳人——油醋汁鲜鱿鱼沙  
 拉美丽不期而至——番茄虾沙拉偶然间亲密接触——酸黄瓜鱿鱼花沙拉最是妖娆香甜味——桃香虾球  
 沙拉就爱它的清爽滋味——菊苣大虾沙拉新奇盛装——金枪鱼沙拉卷饼轻松调频One Two Three——鲜  
 虾蟹柳沙拉让你怦然心动——椒香海鲜沙拉鱼果情人——果香鲜鱼片沙拉盘中的海滨——蕉香鱼丁沙  
 拉风靡全球的super star——海苔金枪鱼沙拉夏日之恋——奇异果虾球沙拉充满浪漫气息的水果沙拉无  
 人喝彩，酸奶都不答应！  
 ——鲜果沙拉不经意的经典——双瓜双果沙拉童心未泯——果蔬丁丁沙拉醉意果香——菠萝酒香沙  
 拉晨间第二乐章——水果煮蛋沙拉蝴蝶霓裳——蓝莓鲜果沙拉抵不住的清新诱惑——莴笋叶蛇果沙拉  
 餐桌上的动人余韵——酸奶柚橙沙拉它也有小名——鲜果金枪鱼沙拉茶几上的音乐伴侣——梨子黄桃  
 沙拉健康的赞歌——蔬菜沙拉一场盘中的婚礼——美味笋烩沙拉拿得起，放不下——酸奶油黄瓜沙拉  
 至上之选，至美之味——紫甘蓝红薯沙拉皇后的魅力新装——生菜南瓜沙拉随时随地尽享的美味——  
 彩椒白菜心沙拉时蔬情怀——干果娃娃菜沙拉生菜一家亲——油醋汁生菜沙拉装点奇妙梦世界——香  
 蘑土豆沙拉意犹未尽——碧玉芹香沙拉各色沙拉给你惊喜连连属它最丰盛——金枪鱼牛柳沙拉阳光、  
 沙滩、大海——贝壳意粉沙拉只为心爱人——口蘑螺旋意粉沙拉童话田园——田园蘑菇沙拉八面玲珑  
 ——鲜虾蝴蝶意粉沙拉漫步在郊外的小路上——斜切通心粉沙拉许你一个清爽凉夏——芸豆玉米沙拉  
 豆豆的世界——五彩豆豆沙拉嘴边的一抹香——蛋丝金枪鱼沙拉美味风尚志——芝士通心粉沙拉新装舞  
 步——苏打鱼米沙拉爱上沙拉Game——鱼香煮蛋沙拉谷色谷香——火鸡杂粮沙拉沙拉的花边轶事多姿  
 蔬菜，多彩沙拉鲜果靓蔬热身赛自制沙拉酱的好“拌”法——蛋黄酱——草莓炼乳酱——千岛沙拉酱  
 ——果粒柳丁沙拉酱——椰奶咖喱沙拉酱——什锦浆果沙拉酱——蒜蓉沙拉酱——水果酸牛奶——黑  
 胡椒沙拉酱——百变油醋汁沙拉有情，入饌有道《贝太厨房》已出版图书介绍

<<花样沙拉>>

章节摘录

插图：

## <<花样沙拉>>

### 编辑推荐

《花样沙拉》：一场千姿百态的沙拉盛宴。

<<花样沙拉>>

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>