

<<一看就会的家常主食>>

图书基本信息

书名：<<一看就会的家常主食>>

13位ISBN编号：9787538444551

10位ISBN编号：7538444556

出版时间：2010-1

出版时间：吉林科技

作者：夏金龙 编

页数：319

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>

## <<一看就会的家常主食>>

### 内容概要

中国著名烹饪大师、营养专家以绿色健康、营养科学、家常易做为主题，为家族精心打造的全新版实用居家烹饪手册。

七大类经典美味、一百五十款精选主食，带您步入家庭烹饪的百花园。

主食选料广泛、南北皆宜，步步图解、易学易懂，营养提示、科学健康，烹饪笔记、变化多多。

<<一看就会的家常主食>>

作者简介

夏金龙，国际烹饪艺术大师、中国烹饪大师，中国餐饮文化名师，国家高级烹饪技师，国家高级公共营养师，国家企业二级人力资源管理师。

中国饭店业金牌总厨，中国十大最有发展潜力青年厨师，全国餐饮业国家级评委，雀巢专业餐饮·大中华区厨艺顾问，法国国际美食会大中华区荣誉

<<一看就会的家常主食>>

书籍目录

家常主食烹饪秘笈 主食制作工具 主食成形手法 米面杂粮巧搭配 面类制品小窍门 主食常用食材 主食熟制方法 如何判断酵面酸碱度 别让营养素从米饭中流失 主食常用面团制作 合理膳食, 平衡营养 发面小窍门 杂粮小常识Part 01 米粥 人参雪蛤粥 烟肉白菜粥 天下第一粥 沙锅鸡粥 香蕈养生粥 雪菜肉末粥 大枣银耳粥 桂花糖藕粥 猪腰薏米粥 蚬尖糯米粥 苦瓜皮蛋粥 羊腩苦瓜粥 羊肝胡萝卜粥 鸭肉粥 黄花蛋粥 鲮鱼黄豆粥 鱼片粥 甘蓝小鱼粥 田鸡粥 虾仁菠菜粥 红薯香粥 玉米瘦肉粥 南瓜百合粥 大枣山药粥 桂花黑米粥 人参鸡粥 八珍仙粥 甲鱼粥 桂圆姜汁粥Part 02 米饭 Part 03 面条Part 04 包子·饺子Part 05 饼Part 06 馒头·花卷

<<一看就会的家常主食>>

章节摘录

插图：

<<一看就会的家常主食>>

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>