

<<微波炉家常菜>>

图书基本信息

书名：<<微波炉家常菜>>

13位ISBN编号：9787538459999

10位ISBN编号：7538459995

出版时间：2012-12

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：刘渊

页数：320

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>

## <<微波炉家常菜>>

### 内容概要

《微波炉家常菜》把人类日常生活中不能离之须臾的烹饪、美食，和现代科学技术联结在一起。为读者提供了更为翔实可靠的、图文并茂的微波菜谱。编著者仍然本着“药补不如食补”之理念，努力挖掘和详解家常菜中“食补”的基本原理及饮食科学根据，在阐述“药食同源”的基础上，倡导科学的、健康的、合理的膳食结构，提示在简便易行的家常菜中即可达到营养均衡全面的目的，一日三餐的家常便饭、合理的营养搭配就是最好的“药膳”。

<<微波炉家常菜>>

书籍目录

Part 1 蔬菜·食用菌 Part 2 畜肉篇 Part 3 禽蛋豆制品 Part 4 水产篇 Part 5 主食篇

## <<微波炉家常菜>>

### 编辑推荐

刘溯先生的这本菜谱，已非比寻常的传统菜谱，而是把人类日常生活中不能离之须臾的烹饪、美食，和现代科学技术联结在一起。

为读者提供了更为翔实可靠的、图文并茂的微波菜谱。

编著者仍然本着“药补不如食补”之理念，努力挖掘和详解家常菜中“食补”的基本原理及饮食科学根据，在阐述“药食同源”的基础上，倡导科学的、健康的、合理的膳食结构，提示在简便易行的家常菜中即可达到营养均衡全面的目的，一日三餐的家常便饭、合理的营养搭配就是最好的“药膳”。

但愿如编著者所希望的那样，《微波炉家常菜》的出版发行能预示一个新的微波烹饪时代的来临，让更多的人得以从日常的烟熏火燎、繁杂操劳的传统烹饪方式中解脱出来，使大家的生活质量发生根本的变化。

<<微波炉家常菜>>

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>