

<<酸味美食与健身>>

图书基本信息

书名：<<酸味美食与健身>>

13位ISBN编号：9787543318700

10位ISBN编号：7543318709

出版时间：2005-5

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：红森 编

页数：227

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>

## <<酸味美食与健身>>

### 内容概要

这一集专门讲辣味美食的特点、调制、加工及食用的有关知识和如何利用辣味的特有功能在享用美味时兼顾健身祛病，提高生活质量的有用信息。

书中首先扼要概括地讲明五味之一的辣味与健身养生的一系列古今道理和要义，然后选取一组最有代表性的辣味食品，从各个角度，如概介、调味、食用、食疗、禁忌等多侧面做逐项叙述介绍，书中还以“小贴士”形式，补白穿插上一些有参考价值的小知识和资料。

全书通过传统医药理论和现代医学、营养学两条途径，综合饮食文化、当代新科技等知识，用生动而通俗的笔触，说明、分析、列举了各种辣味食品的食享及食疗的种种功能和范例，并提供可试行和参考的实践方法和方例。

这一切都大大提高了本书的可读性、可操作性和实用价值。

阅读本书，可使您从精神上为之一振。

在这里您可以找到一位帮助您实现“吃出健康”和“吃得幸福”的贴心挚友。

他一定会在您迈向健康之路上助您一臂之力，望您珍重，好自为之！

## <<酸味美食与健身>>

### 书籍目录

前篇：酸味和酸味食品 酸味知识酸味的来龙去脉酸味是如何产生的酸味对调味和健身有何作用水果由酸变甜的道理  
中篇：酸味美食与健身醋1、概介醋的由来醋的种类酿造醋著名食醋人工合成醋山西老陈醋江苏镇江香醋四川保宁醋河南伏陈醋天津独流老醋塔城精制陈醋护国醋三江特醋凤梨醋姜汁醋蒜汁醋  
2、调味醋在烹调中的作用除腥、膻味起软化剂作用起保色作用各种烹调术对用醋有不同的要求杀菌作用  
调味作用保护维生素醋在热菜烹调中的应用醋在冷菜烹调中的应用醋在面点调制中的应用醋的妙用  
加工肉类时醋的妙用加工鱼类时醋的妙用加工蔬菜时醋的妙用加工米面时醋的妙用其他方面醋的妙用  
用醋加工成的复合调料百里香醋迷迭香醋姜醋香汁酸辣卤汁双姜酸辣汁醋蒜香汁酸甜香汁酸辣十味香糖醋鲜卤汁清爽醋椒糊.....

## <<酸味美食与健身>>

### 编辑推荐

《酸味美食与健身》通过传统医药理论和现代医学、营养学两条途径，综合饮食文化、当代新科技等知识，用生动而通俗的笔触，说明、分析了列举的各种酸味食品的食享及食疗的种种功能和范例，并提供可试行和参考的实践方法和方例。

这一切都大大提高了《酸味美食与健身》的可读性、可操作性和实用价值。

本丛书：  
· 帮你认识各种天然食品之特色  
· 助你烹调出款款各种美食佳肴  
· 供你按需选用种种天然功能美食养生健身

<<酸味美食与健身>>

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>