第一图书网, tushu007.com

<<香鲜苦味美食与健身>>

图书基本信息

书名：<<香鲜苦味美食与健身>>

13位ISBN编号：9787543318724

10位ISBN编号：7543318725

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：275

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《香鲜苦味美食与健身》讲述香、鲜、苦味美食的特点、调制、加工及食用的有关知识和如何利用香、鲜、苦味的特有功能，在享用美味时兼顾健身祛病，提高生活质量的有关信息。

书中首先概括地讲香、鲜、苦味与养生健康的一系列古今道理和要义，然同各选取一组最有代表性的香、鲜、苦味食物，从各个角度，如概介、调味、食用、食疗、禁忌等多侧面作逐项叙述介绍，最后还附录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、当代瓣科技等知识，用生动而通俗的笔触，说明、分析了列举的各种香、鲜、苦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用方法和方例。

这些均大大提高了《香鲜苦味美食与健身》的可读性、可操作性和实用价值。

第一图书网, tushu007.com

<<香鲜苦味美食与健身>>

书籍目录

前篇：香鲜苦味和香鲜苦味食品香鲜苦味知识香味来自香辛调料和食油的“ 催生 ”美食中的鲜味何处来五味中的苦味“ 与众不同 ”将鱼做成鲜美佳肴有妙策中篇：香鲜苦味美食与健身芝麻1、概介芝麻的由来芝订的生长状况2、调味芝麻适用于许多食品的调味芝麻油香味浓烹调菜肴时的明油3、食用香油的食用范围很广用芝麻、芝麻酱、芝麻油调制的美味佳肴4、食疗芝麻辅治疾病简方5、禁忌花椒1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌八角茴香1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌小茴香1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌桂皮1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌丁香1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌黄酒1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌香槽1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌香菜1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌味精1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌鱼1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌虾1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌蟹1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌蚝1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌猪肝1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌羊肝1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌苦瓜1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌橄榄1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌茶叶1、概介2、调味3、食用4、食疗5、禁忌后篇 附录

编辑推荐

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

第一图书网, tushu007.com

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