

<<清爽凉拌>>

图书基本信息

书名：<<清爽凉拌>>

13位ISBN编号：9787543676084

10位ISBN编号：7543676087

出版时间：2011-11

出版时间：青岛出版社

作者：美食生活工作室 编

页数：120

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>

<<清爽凉拌>>

内容概要

这是一套物超所值的小菜谱，有小炒有凉拌，有汤煲有主食……书中收录了适合家庭餐桌的多款中西美食，不仅详尽说明了制作过程，还附加菜品烹制要点及原材料选购保存等知识。跟随简洁明了的文字和精美的图片，轻松体会料理的乐趣吧，让您家的餐桌从此缤纷热闹起来!

<<清爽凉拌>>

书籍目录

凉拌妙招

- 凉拌小菜, 有益身体健康
- 生吃蔬菜的保健功效
- 凉拌的基本技法
- 凉拌菜的调制要点
- 凉拌菜巧切配、调味
- 凉拌菜宜添加姜、蒜

美味素菜

- 香辣莴笋
- 生拌莴笋
- 桃红莴笋
- 糖醋芦笋片
- 麻辣笋
- 椒油炆茭白
- 凉拌茭白丝
- 葱油茭白
- 番茄块拌芦荟
- 盐水花生芦荟
- 泡菜黄瓜
- 椒油炆黄瓜
- 清口黄瓜
- 青瓜杏仁
- 黄瓜拌油条
- 珊瑚黄瓜
- 凉拌苦瓜丝
- 豆豉苦瓜
- 蜂蜜百合凉瓜
- 糖醋彩椒
- 沂蒙小拌
- 山椒拌白萝卜
- 糖醋萝卜丝
- 胡萝卜拌银芽
- 炆拌胡萝卜丝
- 凉拌番茄
- 什锦番茄
- 番茄拌三丝
- 珊瑚藕
- 白糖拌山楂藕丝
- 凉拌藕片
- 冰镇脆西芹
- 芝麻芹菜段
- 核桃仁拌芹丝
- 红片花菜
- 海米炆菜花
- 果汁白菜心

<<清爽凉拌>>

京糕白菜丝

芥末白菜墩

咖喱卷心菜

.....

营养肉菜

鲜蛋水产

厨房窍门

<<清爽凉拌>>

章节摘录

版权页：插图：

<<清爽凉拌>>

编辑推荐

《清爽凉拌》：中国烹饪大师张恕玉，知名营养专家王作生联合推荐。
经典菜品160、厨房窍门77、特色味型32。

<<清爽凉拌>>

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>