

<<轻松懒人食谱100样>>

图书基本信息

书名：<<轻松懒人食谱100样>>

13位ISBN编号：9787543931817

10位ISBN编号：7543931818

出版时间：2007-4

出版时间：上海科文

作者：武创

页数：106

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>

## <<轻松懒人食谱100样>>

### 内容概要

泱泱大中华，上下五千年，在奔流的历史长河中积淀出了绚丽独特的饮食文化，且不说饕餮的满汉全席、传承至今的八大菜系，都凭借其精益求精的配料、无与伦比的刀功技艺和千变万化的烹制方式誉满全球，单是贴近寻常百姓的各类家常美味、普通人家的乡村野味和流传民间的风味小吃，就已经让人徜徉其间，流连忘返了。

不必再向往“美味常招云外客，酒香能引月中仙”的酒楼珍馐，且拿起锅铲，走近我们为您倾心打造的“食尚百味”丛书，把平凡化作神奇，让素菜的清幽淡雅，驱散尘世的烦恼；让肉食的肥而不腻，好好地犒劳一下胃口；让川菜的火辣麻香燃烧热情；为孩子炒一盘益智健脑的小菜；为老人煲一锅延年益寿的靓汤；为自己来一套营养均衡的主食；用美味的卤菜慰藉离别太久的亲人；用自制的精美面点招待多年的朋友；用异域风情的西餐款待海外的来客……其实，我们已是食尚的领头人。

本套“食尚百味”丛书秉承合理膳食，均衡营养的原则，以通俗易懂的语言、生动形象的图片，为您提供简单易学、美味营养的各类菜谱，让您轻轻松松尽享“食尚百味”。

本套丛书共有20册，每册中收录100道经典菜肴食谱，故名“食尚百味”。每一册图书主要分成两部分，第一小部分主要介绍各种烹饪常识；第二大部分为精选的百样菜肴，为使条理清晰，每一例菜肴特从选料、制作、特色、支招4方面介绍，分为精心配料、大显身手、特点、技高一筹4部分，其间又点缀各类温馨小提示，为您提供各类小知识、小窍门。

<<轻松懒人食谱100样>>

书籍目录

懒人食谱厨艺之旅 懒人美食之营养篇 懒人美食之省时篇 懒人美食之微波菜篇爽口凉菜 香椿苗拌豆腐 椿苗桃仁 杏仁荷兰豆 凉拌菜豆角 凉拌豆腐丝 三丝豆腐卷 木耳拌三蔬 京葱拌耳丝 蒜茸芥兰 湘西大拌菜 酸辣蕨根粉 凉拌金针菇 拌腐竹轻快小炒 小炒肉 小炒拆骨肉 酸豆角炒肉末 腊肉烧饼子 小炒羊肉 小炒腰片 辣椒炒猪肝 腊八蒜烧肥肠 香芹炒肥肠 银芽爆肚条 葱烧蹄筋 爆炒羊肚 小炒鸭片 虾爆滑子菇 虾仁炒鲜蔬 三鲜小炒 野山椒炒鳝丝 腰果炒西兰花 笋炒香干 韭菜炒香干 韭蛋炒芽菜 蒜香口蘑 熘平菇 蒜烧黑木耳 桂花地皮菜 荷塘小炒 白灼生菜 油麦菜烧腐竹 水煮热豆腐 夏果炒双豆美味微波菜喷香米饭营养面食

<<轻松懒人食谱100样>>

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>