

<<科学饮食>>

图书基本信息

书名：<<科学饮食>>

13位ISBN编号：9787802451117

10位ISBN编号：7802451116

出版时间：2008-7

出版时间：军事医学科学出版社

作者：孙孟全，周桂禄 编著

页数：262

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>

## <<科学饮食>>

### 内容概要

饮食是文化，是科学，是艺术。

吃讲营养，穿讲漂亮，用讲精品已成为新时代、新时尚。

人们的饮食结构已由温饱型转向营养型、健康型转变，人们对饮食标准质量的要求越来越高，为了适应这一市场变化，作者根据自己多年的教学经验和对食文化多年的研究成果，编写了此书，以满足广大烹饪爱好者的要求，提高专业厨师烹饪技术，不断推动烹饪事业的发展。

全书共介绍了科学烹调新技术、新配方，技术解难技巧338例，并配有220幅彩色图片，是一本通俗易懂的科普读物。

适合饭店、宾馆、酒楼、烹饪技工学校专业厨师阅读，同时也是提高家庭生活，丰富饮食技术的指导书和劳动致富的科技书。

## <<科学饮食>>

### 作者简介

周桂禄先生，1959年出生于天津宁河，汉族，中共党员，中国饭店业高级经理人，法律专业本科，经济管理专业研究生学历。

现任首都机场宾馆总经理、中国食文化丛书高级编委。

他爱岗敬业，乐于奉献。

中学毕业后，回乡参加农村劳动锻炼，后被选送到中国人民解放军这

## <<科学饮食>>

### 书籍目录

第一章 概述 1. 抗氧化剂理论 2. 油脂类食物的新研究 3. 细胞膜与人体健康 4. 居民膳食指南  
5. 膳食宝塔 6. 限制盐罐子 7. 科学用油 8. 五谷为养 9. 丰富菜篮子 10. 迈开你的腿 11  
. 癌症预防建议 12. 成年人的体重标准第二章 植物原料 1. 吃野菜讲究季节性 2. 芦荟入菜 3  
. 凉拌芦荟 4. 生拌芦荟 5. 清炒芦荟 6. 仙人掌入菜 7. 仙人掌炖豆腐 8. 冰糖仙人掌 9.  
槐花怎样分类 10. 槐花散的制作方法 11. 槐花拌馅 12. 槐花炒鸡蛋的制作方法 13. 槐花炒韭  
菜的制作方法 14. 槐花汤的制作方法 15. 枸杞子入菜 16. 香椿的妙用 17. 豆芽香椿 18. 荷  
叶食用价值高.....第三章 动物原料第四章 工业食品第五章 汤羹煲第六章 面点第七章 科学调味第八章  
科学选用食物第九章 综合篇第十章 科学饮食新观念

## <<科学饮食>>

### 编辑推荐

这是一本通俗易懂的科普读物，主要介绍了科学烹调的新技术和新配方。其中，技术解难技巧338例，并配有220幅彩色图片。

《科学饮食：烹调技巧338例》适合饭店、宾馆、酒楼、烹饪技工学校专业厨师阅读，同时也是提高家庭生活，丰富饮食技术的指导书和劳动致富的科技书。

<<科学饮食>>

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>