

<<素食王>>

图书基本信息

书名：<<素食王>>

13位ISBN编号：9789866238659

10位ISBN编号：9866238652

出版时间：康鑑文化出版社

作者：古建邦，施建璋 著

页数：288

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>

<<素食王>>

内容概要

- 一、菜色變化豐富：共有主食、主菜、湯品和涼拌菜四大類，分別示範蔬食、素肉和鮮菇豆腐等料理，菜色琳瑯滿目，足以滿足全家人的口味。
- 二、保健知識完整：每道料理皆提示主要食材特性及營養成分，供讀者參考選用，增進健康概念。
- 三、自己做素肉方法：運用天然食材教讀者自己製作素肉肉絲、素排骨、素絞肉等等，外觀微妙微肖，口味也以假亂真，增加素食烹調的多樣性。
- 四、健康與美味兼顧：名師名廚特別示範117道精緻可口的素食料理，讓愛吃素的朋友有更多選擇，滿足健康與美味二大訴求。

<<素食王>>

编辑推荐

《素食王》特色 多吃素、少吃肉，不僅環保，而且對身體健康越有保障。
素食有哪些種類？
怎麼吃素最健康？
只有回歸自然、樂活養生，才是唯一王道！

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>