

<<愛上素食好簡單>>

图书基本信息

书名：<<愛上素食好簡單>>

13位ISBN编号：9789866655913

10位ISBN编号：9866655911

出版时间：旗林文化出版社有限公司

作者：邱秋月，蘇鼎雅 著

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>

<<愛上素食好簡單>>

內容概要

家常素菜料理大變身 兩位素食達人將植物素食製品與台灣時令蔬果結合入菜，透過烹調的變化，呈現出一道道美味的家常料理，讓您輕鬆上手。

本書收錄了62道好吃的素食家常料理，內含米飯麵食、湯湯水水、蒸煮炒炸、清爽涼拌以及飲品點心，同時也兼顧了茹素者營養的攝取教您如何選擇素料、認識八大營養素，讓您在家就能做出一桌色香味俱全的營養健康素料理。

<<愛上素食好簡單>>

作者簡介

邱秋月 素食達人。

迪化街養生素食專家~弘茂有限公司負責人，美國AMIDA食品技研中心負責人，松珍生物科技股份有限公司總經理暨研發主管，晁登食品（上海）有限公司總經理，《著作》集古味~現代養生創意食譜，邱總經理吃素已二十多年，從迪化街門市開始每日接觸著不同的消費族群，與消費者的言談及購物習慣中，去瞭解消費者的需求。

累積數十年的經驗，以研發松珍養生素食產品為主，品項多達 200種。

其推廣理念為：用素食與世界接軌，用素食去創造台灣奇蹟，用素食來寫生活。

未來將成立創意素食料理連鎖餐廳，用實際的行動，推廣素食的健康與美味。

蘇鼎雅 烹飪老師。

一位熱情、專注、努力的料理老師，走過200多家的鄉鎮農會家政班教學，多年來累積並瞭解各地盛產的食材，透過快樂、簡單的料理教學，活化了所有的食材價值，讓台灣在地的農特產品賦予新的生命！

曾任：中廣、全國、正聲廣播電台「莊嚴世界」節目主持人，現任：巧天生物科技股份有限公司總經理，外燴協會、全省鄉鎮農會專任講師，救國團、社區大學、原住民部落大學術科專任講師，台灣無毒家園協進會理事長暨專任講師，中天電視台 - 冰冰好料理來賓、示範料理講師。

<<愛上素食好簡單>>

書籍目錄

米飯麵食湯湯水水蒸煮炒炸清爽涼拌飲品點心

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>