

<<原味的感动>>

图书基本信息

书名：<<原味的感动>>

13位ISBN编号：9789867069962

10位ISBN编号：986706996X

出版时间：2009

出版人：原水文化

作者：許詠翔,曾荷茹

页数：165

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>

## <<原味的感动>>

### 内容概要

《原味的感动》修訂版名人老饕最愛的家常健康美食大公開！

吃過一次，讓你感動一輩子！

健康美味五星級料理，在家簡單DIY！

〔隨書附贈〕KC夫婦冰箱管理祕訣VCD（30分鐘）KC夫婦公開分享原味低脂烹調法 「向食物借油」、「向食物借水」、「鎖住營養到最高點」的健康美味烹調祕訣，跟著KC夫婦上市場嚴選最上等的天然食材，烹調出最經濟又健康的美食大餐！

【本書精彩內容】〔PART1〕原味的感動 細說Kevin的原味烹調故事細說Claire的原味烹調故事當Claire碰到Kevin的原味烹調

## <<原味的感动>>

### 作者简介

許詠翔 (Kevin) 新加坡人，從小跟著媽媽耳濡目染食用 & 烹調原味健康食譜逾40年。曾在新加坡銀行工作13年。1993年與來自台灣桃園客家人的Claire相約在新加坡並展開異國之戀，抵不住愛情的魔力，選擇留在臺灣與Claire一同加入原味烹調推廣行列。1997年8月與Claire結婚，同年10月有了愛的結晶 - - 「KC健康廚房」。

曾荷茹 (Claire) 台灣桃園客家人，銘傳商專畢業，曾任秘書5年，後擔任美商在台健康原味烹調顧問及指導老師逾10年。1996年代表台灣公司獲得全世界無水烹調推廣冠軍。

## <<原味的感动>>

### 书籍目录

PART1：原味的感动 细说Kevin的原味烹调故事细说Claire的原味烹调故事当Claire碰到Kevin的原味烹调故事  
PART2：爱与健康的厨房 跟著Claire布置爱的厨房跟著Kevin選購&处理食材跟著KC夫婦管理冰箱跟著KC夫婦挑選鍋具  
PART3：在家烹调健康美食  
開味前菜 = 姥姥湯煲、凉拌彩椒章魚片、小倆口金瓜饅頭等9道  
美味主食 = 匈牙利牛腩燴飯、脫脂豬排焗通心麵、南洋咖哩麵等10道  
精緻主菜 = 過橋蘆筍脫脂脆皮雞排、香烤紅酒小排、黑椒紅酒牛排等11道  
開胃配菜 = 鐵板三蔬、茄汁腸旺、泰式酸辣豆腐、快樂家庭烘蛋等15道  
甜蜜點心 = 麥芽蜜甜薯、優格蔬果汁、山藥嚙嚙喳喳等10道

<<原味的感动>>

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>