

<<菇, 最好吃!>>

图书基本信息

书名：<<菇, 最好吃!>>

13位ISBN编号：9789868481725

10位ISBN编号：9868481724

出版时间：2009

出版时间：養沛文化館

作者：陳穎仁

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>

<<菇, 最好吃!>>

内容概要

可以天天換著吃、變著吃的50道菇料理，讓你怎麼吃都吃不膩！
菇，比一般蔬菜含更高的蛋白質，豐富的醣類、脂質、食物纖維、維他命，尤其含有多量的穀胺酸和寡糖，而且低肪低、熱量低，常吃菇不僅能提昇免疫力，不怕發胖，營養又健康。
菇料理的烹調方式十分多樣化，可炒、烤、炸、汆燙，可做湯可涼拌，味道都超級鮮美。
本書提供你一定要學會的50道菇料理，讓你吃進鮮菇的美味。

<<菇, 最好吃!>>

作者简介

陳穎仁

前中華素食協會理事長、善仁齋素食館董事長。

學歷：專科學校自學進修學力鑑定考試及格。

經歷

北城素食餐廳主廚

全省素食之家主廚

松林素菜餐廳主廚

禪綠素菜餐廳主廚

觀世音素菜餐廳行政主廚

千喜屋素菜餐廳總經理

中華素食技能發展協會理事長

職訓局中餐檢定評鑑委員

佛光山佛光會烹飪班講師

新竹社區婦女關懷協會素食班講師

觀光局中華美食展第一屆模範名廚

第二屆教授與名廚研討會主講名廚

第一屆中華美食展國際賽個人銀牌團體銅牌

第一屆客家美食展菜餚設計及訓練老師

大磐企業食品有限公司技術顧問

日本九州天然王國技術顧問

教育部教師專案素食乙級專任講師

喬治中學成人教育班素食講師

淡水社區大學素食班講師

現任

中華素食技能發展協會名譽董事長

社團法人中華中外美饌研究發展協會常務理事

職訓局中餐檢定評鑑委員

育達中學餐飲科顧問

大磐企業食品有限公司技術顧問

桃園餐飲協會素食專業講師

著作：《素菜真跡》、《素菜珍饈》。

<<菇, 最好吃!>>

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>