

<<芽菜養生廚房>>

图书基本信息

书名：<<芽菜養生廚房>>

13位ISBN编号：9789868483194

10位ISBN编号：9868483190

出版时间：昇旺出版社

作者：黃湘齡 著

页数：108

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>

<<芽菜養生廚房>>

內容概要

有機？

樂活？

國畫大師也瘋養生？

國畫大師黃君璧之女 名媛才女黃湘鈴女承父志，誓要把家傳的芽菜養生秘方傾囊相授！

芽菜的營養價值之高，可以說是口耳相傳。

但有機、無汙染的高營養芽菜卻不是那麼容易取得，因此黃湘鈴在本書中，還特別邀請多年來一直提供她新鮮芽菜的陽明山芽菜達人-李美萱女士搭配專業營養師－張文馨小姐，向各位讀者一一介紹各類芽菜的栽種、挑選及營養價值說明。

讓讀者可以自行栽種或挑選真正值得購買的芽菜食材回家烹調，做個真正聰明的消費者。

透過本書，您不僅可以學習到大師家傳的養生秘法，還可以透過極富創意的創意改良料理，令您的生活除了養生，還多了一分變化無窮的樂趣。

讓您在一道道的芽菜養生創意料理中，找到值得您終生奉行的食尚新「煮」義！

<<芽菜養生廚房>>

作者簡介

黃湘詒 國畫大師黃君璧之女，自幼隨父親學畫。

目前為知名畫家，作畫方式以家學為底，並自行創新突破，另成一格。

經歷 1. 現任「黃君璧藝術文化協會」理事長 2. 現經營「白雲堂」黃湘詒藝術工作室

3. 除了為知名畫家之外，由於自小跟隨父親身旁品嘗大江南北的山珍海味。

因此，更是知名的美食家及烹飪高手。

近年來更將父親的養生之道，融入家常料理之中，對於養生食材的運用頗具心得。

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>