第一图书网, tushu007.com

<<饮食小窍门-现代生活小窍门丛书>>

图书基本信息

书名：<<饮食小窍门-现代生活小窍门丛书>>

13位ISBN编号：9787501530045

10位ISBN编号：7501530041

出版时间：2001-07

出版时间：知识出版社

作者：崔金泰 杜波

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

内容概要

本书是现代生活小窍门丛书之一，这套丛书的内容涉及到了生活的方方面面，为我们的生活提供小窍门，丰富了我们的日常生活。
本书是专门介绍有关饮食小窍门的，相信读者在阅读之后，会对日常的饮食有新的了解，从而让我们的饮食更丰富、更科学、更健康。

本书分为两大篇，分别是食物篇和制作篇。
在“食物篇”中，包括了五部分内容：第一部分是挑选食物的窍门，告诉我们如何挑选面粉，鉴别啤酒、花生油、白酒等，以及如何挑选新鲜猪肉、鸡蛋这些餐桌上的食物原料等等。
第二部分是食物与调料的妙用，分析了白酒、啤酒、糖、茶叶、面粉这些食物与调料使用的小窍门，让我们在日常饮食中获得意想不到的收获。
第三部分食物的搭配和禁忌可以帮助我们更好的科学饮食，如“喝豆浆忌加蜂蜜”、“不宜多吃生蒜头”等。
第四部分是食物的保鲜和储存，通过书中的小窍门，我们可以更好的保存食物，避免浪费。
第五部分论述了食物的营养问题，帮助我们正确认识有关食物营养的知识，建立一种科学的饮食观和正确的生活方式。
“制作篇”包括了两个部分，分别是“食物巧制作”和“烹饪的诀窍”，通过这篇，我们可以知道“蒸馒头的小窍门”、“巧刮鱼鳞法”、“巧法木耳”等食物制作的小诀窍，从而可以制作出更美味、更丰富的食物。

第一图书网, tushu007.com

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