

<<美味蔬菜汤>>

图书基本信息

书名：<<美味蔬菜汤>>

13位ISBN编号：9787501955909

10位ISBN编号：7501955905

出版时间：2007-1

出版时间：轻工业出版社

作者：焦明耀

页数：83

字数：76000

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>

<<美味蔬菜汤>>

内容概要

“现代人时尚美食系列”之一，世界中华美食药膳研究会推荐！

每种食物都有不同的色彩，五颜六色不仅将餐桌装扮得更美丽，还让营养更加均衡。

美丽，还让营养更加均衡。

本书介绍的菜肴都是根据蔬菜的各色营养，融会烹制，天然食材，保护健康！

人们一般把食物分为红、绿、黄、黑、白五种颜色。

几乎每一种彩色的食物都含有抵御疾病的化合物。

红色、黑色的食物包含许多抗氧化色素，可以帮助身体抵抗氧化现象的出现，绿色食物含有大量维持生命的维生素和矿物元素，比如最常见的各类胡萝卜素…… 从现在开始，让我们的餐桌更加丰富多彩一些吧！

<<美味蔬菜汤>>

作者简介

焦明耀，北京天下一家餐饮管理有限公司总经理、高级烹饪技师、世界美食药膳大师、世界中华美食药膳研究会常务理事、国际餐饮协会副会长、法国国际厨皇美食学会厨皇、中国菜创新研究会高级研究员、首都营养美食学会烹饪养生专业委员会主任、北京工商大学兼职教授、东方美食学

<<美味蔬菜汤>>

书籍目录

给餐桌来点颜色红色 番茄蘑菇汤 番茄竹荪汤 红烩一品汤 红菜头芋丝汤 红菜西芹汤 香菇红合汤 红苋菜山药汤 紫甘蓝粉丝汤绿色 菠菜莲子汤 什锦小白菜汤 芹菜叶粉丝汤 芥菜汤 银丝莼菜羹 椿香豆腐汤 兰花蘑菇汤 清汤豆苗羊肚菌 芸松苗鲜蘑汤 口蘑冬瓜汤 海带冬瓜汤 翡翠苦瓜羹 口蘑芦笋汤 莴笋花菇汤黄色 玉子娃娃菜 腐竹韭黄皮蛋汤 虾皮胡萝卜汤 粉丝胡萝卜汤 金针黄茄羹 口蘑黄豆芽汤 马齿苋黄花汤 黄花木耳汤 豆苗南瓜汤 瓜蓉蚕豆羹 竹荪茉莉南瓜汤 芥菜黄茄汤 玉米马蹄汤 鞭笋年糕玉米羹黑色 茄皮蛋花汤 茄丝海带汤 橄榄菜豆腐羹 榄菜粉丝汤 香菇口蘑汤 香菇素三丝羹 木耳玉兰片汤 双耳莴笋汤 石耳豆腐汤 紫菜虾皮蛋花汤 紫菜瓜片汤 海带魔芋羹 白色 莲藕鲜香菇汤 双色萝卜汤 山药松子羹 椰杏山药金瓜汤 桂花山药汤 马蹄茭白汤 慈姑白菜汤 杏鲍菇年糕汤 鲜百合桂圆珍珠汤 银杏雪耳鹌鹑蛋汤 雪耳莲子羹 银耳花生红枣汤

<<美味蔬菜汤>>

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>