

<<精选家常粥>>

图书基本信息

书名：<<精选家常粥>>

13位ISBN编号：9787501982585

10位ISBN编号：7501982589

出版时间：2011-7

出版时间：轻工

作者：舒畅

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>

<<精选家常粥>>

内容概要

本书是一本专门为一般百姓家庭定制的家常粥菜谱。全书精选了最家常、最简单的近百款粥品，包括清粥、咸粥、甜粥三大部分，针对每款粥品详细介绍了材料、做法，以及大厨支招或主妇心得，另外给出了每款粥品的热量，更方便读者根据自身需要进行烹制。图文并茂、简单易学，是本书最大的特点。

<<精选家常粥>>

书籍目录

做粥的学问

- 煮好粥, 选好器
- 制粥火候的掌握
- 煮粥的方法及注意

事项

- 煮粥常见食材的营养及功效
- 制粥配料添加顺序
- 制粥调料介绍

清粥

- 大米粥
- 小米粥
- 薏米粥
- 玉米面粥
- 高粱米粥
- 核桃小米粥
- 绿豆粥
- 小米黄豆粥
- 薏米红豆粥
- 双豆粥
- 红豆玉米粥
- 五豆粥
- 山药粥
- 胡萝卜玉米粥
- 芥菜粳米粥
- 良姜粥
- 姜汁薏米粥
- 木瓜香米粥
- 枸杞粥
- 车前草糯米粥
- 百合红枣绿豆粥
- 百合花生粥
- 莲子芡实粥
- 黄芪山药莲子粥
- 茯苓红豆枣粥
- 茯苓薏米粥

咸粥

- 牛奶菠菜粥
- 紫苋菜粥
- 芋头香粥
- 芹菜粥
- 黄瓜糯米粥
- 菠菜粥
- 蔬菜糙米粥
- 红豆苋菜香米粥

<<精选家常粥>>

苦瓜丝粥
白玉豌豆粥
双菇糙米粥
冬瓜薏米粥
松蘑粥
香菇荞麦粥
花生肉末粥
皮蛋瘦肉粥
香菇山药肉丝粥
榨菜肉片粥
消导粥
猪肉末紫菜粥
花生猪骨粥
丝瓜骨香粥
生滚排骨粥
猪肝绿豆粥
猪蹄黄豆粥
猪血菠菜粥
菠菜猪肝粥
艇仔粥
胡萝卜牛肉黄米粥
芹菜牛肉粥
牛肉蛋花粥
大麦牛肉粥
木耳牛肉粥
羊肉胡萝卜粥
苡蓉羊肉粥
羊腩苦瓜粥
糯米羊肉粥
羊肝胡萝卜粥
土豆鸡肉粥
鸡肉皮蛋粥
鸡丝香粥
玉米莲子鸡肉粥
玉竹滋润鸡粥
鸡蓉栗子粥
乌鸡肉粥
什锦鸡翅粥
芥菜鸭丝粥
糯米姜鸭丝粥
咸蛋香粥
皮蛋生菜粥
生滚鱼片粥
墨鱼粥
燕麦鳕鱼粥
菠菜虾皮粥
鲜虾芹菜粥

<<精选家常粥>>

文蛤萝卜粥
甜粥
水果甜粥
番茄粥
黄瓜雪梨粥
燕麦雪梨粥
南瓜紫米粥
燕麦南瓜粥
韩式南瓜粥
牛奶果蔬粥
花生牛奶粥
红薯粥
核桃山楂粥
核桃燕麦粥
松仁核桃香粥
桂花粥
姜枣粥
枸杞菊花粥
莲子荷叶粥
荷叶糯米粥
二米红薯粥
红枣莲子银耳粥
糯米莲子粥
桂圆莲子红枣粥
红豆莲子紫米粥
百合莲子粥
八宝粥
百合绿豆糯米粥
红枣山药薏米粥
椰肉四喜粥
黑芝麻蜂蜜粥
燕麦玉米面粥
燕麦养颜粥
紫米红枣粥
红糖小米粥
薏米杏仁粥
黑芝麻花生碎粥
银耳枸杞粥
银耳南瓜粥
百合提子粥
养血止痛粥
豆浆小米粥
山楂粥
芦荟养颜冰粥
茯苓红枣粥
玉米粒燕麦粥

<<精选家常粥>>

编辑推荐

为都市白领提供最倾心的美食享受，吃出健康，品出美味！

家常粥品，好学易做；养生粥膳，喝出健康！

这本《精选家常粥》由舒畅编著，全书分为四个部分，介绍了多款清粥、咸粥、甜粥的制作方法，并特设“大厨支招”和“主妇心得”，帮你更方便地进行烹饪。

<<精选家常粥>>

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>