

<<活学活用心理学>>

图书基本信息

书名：<<活学活用心理学>>

13位ISBN编号：9787502835705

10位ISBN编号：7502835709

出版时间：2009-6

出版时间：地震出版社

作者：陈钰 著

页数：309

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>

<<活学活用心理学>>

内容概要

“汤煲养生亦有道”顺应四季气候变化，根据身体需要选择食物。精心安排春、夏、秋、冬四个季节的养生汤煲，让您完全掌握煲汤的手艺，同时还能了解四季饮食常识，使身体顺应春夏秋冬阴阳消长的规律，保持身体健康！

【家庭常用食材，近1000款家常汤煲】中国烹饪大师、营养专家，从2万余款菜例中精选而成，适宜家庭四季操作的家常汤煲。

一碗精心煲炖的鲜汤，让全家人享受到浓香醇厚的滋味，对您的健康进行主动防御，积极调理。

【内容全面，检索快捷】 本书附录包括四季家常饮品、对症食疗药膳，让您全面了解四季饮食需求，内容详尽、实用。

作者简介

张奔腾，中国烹饪大师、饭店与餐饮业国家一级评委、中国管理科学研究院特约研究员、辽宁创新菜联盟主席。

1987年起参与和主编图书150余部，并在杂志和报刊上发表论文及创新菜品200余篇。

2002年11月分别被国际饭店与餐馆协会和中国饭店协会授予“国际烹饪艺术大师”、“国际美食评委”荣誉称号；2003年成为“国际印证行政总厨”；2004年被评为“中国饭店优秀职业经理人”；2005年7月被授予“博士学位”；2006年3月被选为中国餐饮业专家；2007年2月获中国饭店经理人网颁发的“特别荣誉奖”；2008年1月被评为“辽宁省十佳饭店职业经理人”。

<<活学活用心理学>>

书籍目录

前言四季饮食与健康四季汤煲常识春季汤煲畜肉禽蛋 豆制品水产蔬菜 食用菌其他夏季汤煲畜肉禽蛋 豆制品水产蔬菜 食用菌其他秋季汤煲畜肉禽蛋 豆制品水产蔬菜 食用菌其他冬季汤煲畜肉禽蛋 豆制品水产蔬菜 食用菌其他附录1 四季家常饮品附录2 对症食疗药膳

<<活学活用心理学>>

编辑推荐

《活学活用心理学（最新版）》按春、夏、秋、冬分为四个章节，分别介绍了在各个季节中适宜食用的“家常汤煲”。

每个章节再按原料性质分类，如：蔬菜、食用菌、禽蛋、豆制品、畜肉、水产品等，约介绍1000余款菜例，图文并茂，简便易学，以利读者查找习做。

《活学活用心理学（最新版）》还介绍了“四季汤煲养生功效”、汤煲常用的锅具、底汤，并公开了汤煲秘诀，解读了汤煲食用的误区和禁忌，实属难得“宝典”。

《活学活用心理学（最新版）》力求贴近生活，面向大众，通俗易懂，经济实用。

<<活学活用心理学>>

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>