

<<低油无烟水料理/快乐厨房>>

图书基本信息

书名：<<低油无烟水料理/快乐厨房>>

13位ISBN编号：9787504833020

10位ISBN编号：7504833029

出版时间：2004-01

出版时间：农村读物出版社

作者：夏玛

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>

## <<低油无烟水料理/快乐厨房>>

### 内容概要

蒸、烫、煮、炖、低油、无烟、水料理，材料简单容易作，道道好菜色，让你的肠胃零负担，轻松为全家人的健康把关。

本书前言

特色及评论

文章节选

用具 说到水料理的厨具，真是再精简不过了，基本配备有：一个深汤锅（可兼蒸锅）、另一个浅汤锅（或炖锅）、一支漏勺、一双长筷子、蒸锅架。

如果你想要同时烹煮两道菜，可以在一边炉上放深锅炖汤，另一边炉

书籍目录

作者的话

PART 1 轻松烹调水料理

PART 2 蒸烫煮炖水料理

蒸

乳酪南瓜

奶油薯泥

辣白花

蔬菜蒸蛋

酒蒸蛤蚧

香菇镶虾

粉蒸五花

豆豉小管

香蒜银鱼

烫

沙茶银芽

香蒜鲜蚶

黑胡椒牛肉

四季豆滚蒜

奶油菠菜

蚝油芥兰

肉

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>