

<<广式糖水>>

图书基本信息

书名：<<广式糖水>>

13位ISBN编号：9787506465359

10位ISBN编号：7506465353

出版时间：2010-7

出版时间：犀文资讯 中国纺织出版社 (2010-07出版)

作者：犀文资讯

页数：125

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>

<<广式糖水>>

前言

常言道：“世界糖水在中国，中国糖水在广东。

”长久以来，广式糖水一直以其甜蜜清润、健康养生和品种丰富的特点为人们所熟知。

一碗小小的糖水，不但享誉全国，而且在海外华人圈都受到热烈的追捧。

顾名思义，糖水肯定与“糖”有关。

糖富含碳水化合物，可以兴奋神经、缓解压力。

因此糖水总会给人以甜蜜似梦的奇妙畅快感。

夏日午后，一碗清凉红豆沙绝对是你摆脱酷热的首选；数九寒冬，一碗热腾腾的枣莲炖雪蛤又能将暖意送到你心田。

糖水不但好喝，而且健康。

不同食材的搭配能够让糖水达到非常好的滋补养生效果。

健康专家认为，糖水可以令体内产生大量血清素。

适量饮用，有助于缓解烦躁失眠症状。

对于运动爱好者来说，糖分能够快速提供热能，及时恢复体力。

对女性而言，红糖有滋补养颜的功效。

另外，糖还是组织和保护肝脏功能的重要物质，常吃对身体有益。

广式糖水虽以“广式”名之，却不仅仅是指广州一地。

实际上，广式糖水是潮川、化州甚至香港等地区糖水甜品的总称。

其中流派混杂，形式多样。

例如潮州糖水味浓汤稠，以甜腻著称，著名品种包括糯米粥、甜红薯、豆米茨宝、金瓜芋泥等。

化州糖水品种丰富、口感清甜，且化州人注重经营，令化州糖水店在广东省遍地开花。

至于广州、香港等地的糖水更是五花八门，融汇中西。

正是多元化和创新性，令广式糖水在全国乃至全世界都备受推崇。

本书以简单易做、兼顾营养为切入点，为大家精心挑选了近130种糖水制法，其中既有红豆冰、红薯糖水这样的传统小吃；也有像杨枝甘露、菠萝葡萄羹这些时尚新品；更不乏雪蛤、燕窝等高档食材所制的佳品。

薄薄一本，既适合家庭参考，也可作庖人借鉴。

最后，希望本书能够为大家送去健康，带来甜蜜。

谬误之处，恳请指正。

<<广式糖水>>

内容概要

“世界糖水在中国，中国糖水在广东。
”长久以来，广式糖水一直以其甜蜜清润、健康养生和品种丰富享誉中外。
《广式糖水》为大家精心挑选了近130种糖水并详述制法，既有红豆冰、红薯糖水这样的传统小吃；也有像杨枝甘露、菠萝葡萄羹等时尚新品；亦不乏椰子雪蛤糖水等经典极品。
愿能送给大家甜蜜与健康。

<<广式糖水>>

书籍目录

糖水Q & A五色糖水紫米莲子糖水补脑核桃甜粥茅根竹蔗水银耳木瓜水百合糖水海带绿豆糖水桂圆菠萝汤腐竹白果薏米水人参莲子羹西瓜西米露腐竹鹌鹑蛋糖水南瓜冰糖水防暑消暑糖水红薯淮枣糖水芋头西米露红枣桂圆糖水红薯姜汁糖水莲子百合银耳糖水什果西米露芝麻糊冰糖燕窝冰糖炖雪梨藕粉汤红枣银耳金橘糖水山楂桂枝汤杨枝甘露薯圆美肤糖水芦荟桂圆汁白果桂花糖水牛奶汤圆糖水桂花甜汤煲糖水枇杷百合银耳汤马蹄银耳糖水海带北参马蹄爽八宝粥蒲公英绿豆糖水鲜奶杨梅糖水杏仁桂圆炖银耳西瓜莲子羹银耳杏仁白果羹桂圆鸡蛋糖水麦冬双枣糖水鲜奶银杏炖菊花燕窝炖荔枝松仁芝麻糊黑豆奶露贝母雪梨水木瓜西米糖水海椰糯米糖水南北杏仁银耳糖水银耳玉米糖水鸭梨银蛤糖水枣莲炖雪蛤膏椰子雪蛤糖水银耳鹌鹑蛋玉米粥椰汁黑豆炖雪蛤枸杞玉米羹枣莲炖鸡蛋陈皮绿豆粥粟米南瓜露菠萝莲子牛奶汤萝卜菊花水鲜蛋炖奶核桃花生糊酒糟窝蛋椰汁杏仁露红豆冰香草西米鹌鹑蛋云吞皮川贝雪梨糖水湘莲炖菊花糖水文化红薯蛋花汤芡实糖水莲子菊蛋糖水银耳柑橘汤赤小豆麦片粥牛奶花生糖水腐竹栗子玉米粥黑豆红枣糖水黑糯米甜麦粥冰花麻蓉汤丸四红汤无花果冰糖水冬瓜蛋黄羹香蕉云吞皮糖水香蕉糯米糖水橘子山楂汁菠萝糖水雪梨菊花水菊花普洱糖水窝蛋奶荷叶糖水木瓜芡实糖水核桃糊糖水行业燕麦花生糖水花生眉豆糖水花生薏米芋圆糖水龟苓膏百合南瓜糖水香甜南瓜粥花生百合糖水山药鸡蛋糖水白果山药糖水苹果川贝糖水桂圆莲子糖水山楂桂圆糖水鹌鹑蛋桂圆糖水木瓜杏仁糖水杏仁奶糊木瓜蜂蜜茶蜜枣雪梨糖水灵芝蜂蜜银耳羹甜酒汤圆菠萝葡萄羹玉米罗汉果糖水罗汉果糖水黄豆糖茶糖水银耳荔枝绿豆沙万寿菊糖水酒酿银耳糖水木瓜雪蛤糖水蜜糖牛奶芝麻羹山楂乌梅汤黑枣乌鸡蛋糖水

<<广式糖水>>

章节摘录

插图：

<<广式糖水>>

编辑推荐

《广式糖水》：糖水在广东一种小吃的总称，种类繁多，跟煲汤一样，具有滋补养生的功效。可用来做糖水的材料非常多，但不同材料有不同性质.有的温热，有的寒冷，关键要知道如何科学地根据主材料来搭配不同的辅料，达到相辅相成的效果。

同时，不同的搭配能产生不同的功效，可以根据自己的身体状况灵活选择。

《广式糖水》以简单易做、兼顾营养为切入点，为大家精心挑选了近130种糖水制法。

薄薄一本，既适合家庭参考，也可供庖人借鉴。

希望《广式糖水》能够为大家送去健康，带来甜蜜。

<<广式糖水>>

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>