

<<老年菜谱100例>>

图书基本信息

书名：<<老年菜谱100例>>

13位ISBN编号：9787508736310

10位ISBN编号：7508736311

出版时间：2011-8

出版时间：中国社会

作者：黄建业

页数：118

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>

## <<老年菜谱100例>>

### 内容概要

本菜谱由北京华天饮食集团公司组织所属老字号企业的国家级烹饪大师精心编写，并按照老年人的健康营养饮食需求，收录了旗下主要老字号的部分传统特色名菜和创新菜品，具有较强的权威性。本菜谱详细介绍了热菜类、凉菜类、汤粥类、面点类等菜品的制作方法和简要营养分析，共计100例。本菜谱大部分菜品制作方法简便易学，是广大老年朋友们居家养老必备工具书，使他们足不出户就能学习制作和品尝到营养可口的美味佳肴，从而提升生活品质。

<<老年菜谱100例>>

书籍目录

肉类  
海味类  
素菜类  
汤粥类  
凉菜类  
面点类

<<老年菜谱100例>>

章节摘录

版权页：插图：将麻酱、白糖、米醋放入不锈钢桶内，同时放入花椒粉、姜粉，搅拌均匀，将调配好的凉面调料加入味精、酱油，再将弄好的芥菜面加入凉面调料中，再放入胡椒粉、熟麻仁，搅拌均匀即可。

饺子粉加入食用碱放入和面机搅拌均匀，逐渐加入水，和3分钟，将面起出放至轧面机，轧两遍出细面条（0.2厘米×0.2厘米正方形，长约60-70厘米），锅内水煮开后，放入面条旺火煮2分钟，面条至9成熟为宜，捞入托盘后即用筷子将面挑开，倒入熟大豆油，再将面条抖落开，用电扇吹凉，吹透，勤挑动，摊开备用。

<<老年菜谱100例>>

编辑推荐

《老年菜谱100例》由中国社会出版社出版。

<<老年菜谱100例>>

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>