

<<不一般的粥粉面饭>>

图书基本信息

书名：<<不一般的粥粉面饭>>

13位ISBN编号：9787533523053

10位ISBN编号：7533523059

出版时间：2004-2-1

出版时间：福建科学技术出版社

作者：黄婉莹

页数：112

字数：78000

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>

<<不一般的粥粉面饭>>

内容概要

传统创新俱备，色香味美显心思。

饮食行内曾有戏言谓中国的四大发明是粥粉面饭，可见这四类食品在人类心目中的重要地位。

粥粉面饭都源自谷类，它们含有大量的碳水化合物，是热量的主要来源。

按食物营养金字塔的理论，要维持身体健康，应注意均衡膳食，提倡多吃五谷及蔬果，少吃含高脂肪的食物。

本书介绍了50个别具特色的粥粉面饭食谱，有助于司厨者制出这几大类既富营养又可口的食品，不但使家庭生活倍添乐趣，也对准备在饮食行业发展的朋友提供很好的参考资料。

<<不一般的粥粉面饭>>

作者简介

黄婉莹女士，IACP（INTERNATIONAL ASSOCIATION OF CULINARY PROFESSIONALS）会员，在香港煤气中心教授烹饪多年，桃李满门，学生来自世界各地，曾被邀请到菲律宾、日本及美国作中菜示范，推广中国的烹饪艺术。

长期在报章及杂志撰写菜谱，更在电视台及电台主持烹饪节目，极受大

<<不一般的粥粉面饭>>

书籍目录

道地靓粥 丝瓜排骨粥 干贝丝苗白粥 香滑肉丸粥 异国粉面饭 菠萝肉松炒饭 冬荫功水晶粉 泰式炒
萝卜糕 沙嗲滑肉片炒河粉 香茅猪扒檬 韩式什锦炒粉丝 香菇油饭 台式蚵仔泡饭 红烧牛肉面 卤肉
饭 日式香酥猪扒饭 日式什锦汤乌冬 照烧鸡球面 葡汁海鲜饭 炒贵刁 港式粉面饭 滑蛋虾仁炒河
干炒牛河 鸡丝炒银针粉 雪菜烧鸭丝汤米粉 鱼香茄子炆鸳鸯米 简易生炒糯米饭 冬菇滑鸡饭 鸡丝
冷面(广式) 蟹肉伊面 珍珠糯米鸡 荷叶饭 地方风味粉面 特色粉面饭 附录

<<不一般的粥粉面饭>>

章节摘录

插图

<<不一般的粥粉面饭>>

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>