

<<素点更健康>>

图书基本信息

书名：<<素点更健康>>

13位ISBN编号：9787533525392

10位ISBN编号：7533525396

出版时间：2005-2-1

出版时间：福建科学技术出版社

作者：赵国梁,杨中俭

页数：60

字数：60000

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>

## <<素点更健康>>

### 内容概要

随着人们物质生活的极大丰富，对营养美味的不断追求，家常菜的内涵也越来越丰富了，过去很多在宴席上才能偶尔见到的菜肴，已经成为平民百姓餐桌上的家常菜了。

面对着越来越丰富的家常菜，如何烹制，如何科学地食用，已经不仅仅是厨师们关注的问题了，它已经与每个家庭紧密联系起来。

本书注重了菜肴原料的普通，加工手法的简便，同时注重选取一些制作手法新颖、色香味俱佳、较为完整地保留了菜肴营养成分的菜例。

本册介绍的是瓜蔬菜、花果肴、菇菌菜、豆腐菜等共43道素味菜的材料用量、成菜方式。

每道菜分别由彩色效果图、材料用量表、制作工艺图，以及制作要领与成菜特点、营养成分等图、表、文三种形式的内容组成。

名厨赵国梁详细地介绍了每一道菜的材料、制作步骤、制作要领、成菜特点、营养成分，使读者很容易就能制作出可口的菜肴，在一饱口福中食出健康。

本书文字通俗易懂、图文并茂、文字简洁，不仅适宜普通的读者消费群，还适合广大厨师们参考。

<<素点更健康>>

作者简介

赵国梁，江苏省常州市人。

曾任常州市江南春宾馆行政总厨兼餐饮部副经理、分店经理；常州市和平假日大饭店餐饮总监、餐饮部经理；全国政法综治干部培训中心（长安大厦）常务副总经理。

常州市大白鲨餐饮有限公司副总经理。

现任常州市太阳港饭店副总经理。

曾应邀赴阿联酋进行食

<<素点更健康>>

书籍目录

瓜蔬菜 瑶池青瓜文蛤 苦瓜烧蚌肉 佛手烧扁尖 枸杞煨南瓜 野蕨炒鱼丝 芝士鱼香茄子 柠香  
甜瓜盅花果肴 落英缤纷 牡丹炖鹿肉 傲雪凌霜 紫黄太极 桂花白玉羹 茉莉浸大玉 花醉鳕鱼  
极品财神鲍 玛瑙映雪梨 凤梨鸭脯 椒盐香蕉 缤纷色拉菇菌菜 鲜蛤炒地衣 豆油烩双脆 鲜  
蕨杂菌汤 花油山菌汤 金针烩肥牛 韭黄牛肝菌 虎掌托鸡丝 鸡汁猴头菇 扁尖鸡腿菇 牛柳爆  
牛肝菌 猴头煲乳鸽 杏鲍菇炒鱼片豆腐菜 素扒熊掌 海鲜豆腐 脆皮臭豆腐 铁板香橙豆腐 香  
椿拌豆腐 鳕鱼蒸豆腐 蹄筋腐竹煲 灌汤蟹粉豆腐球 肉馅罗汉包 鸡丝扣干丝 一品豆腐

<<素点更健康>>

章节摘录

插图

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>