

<<清热糖水>>

图书基本信息

书名：<<清热糖水>>

13位ISBN编号：9787538443813

10位ISBN编号：7538443819

出版时间：2009-9

出版时间：黄远燕 吉林科学技术出版社 (2009-09出版)

作者：黄远燕 编

页数：100

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>

## &lt;&lt;清热糖水&gt;&gt;

## 前言

曾经到广东做客或是经常看港剧的朋友都会对广东人、香港人煲汤习惯记忆深刻，文火熬上半天工夫，一家人围坐在一起，每人只尝一小碗，那份惬意与享受令内地人羡慕不已。

其实，除了煲汤习惯，广东和香港人还有喝糖水的习惯，二者并称为久负盛名的“汤水文化”。

糖水，是粤港美食的代表之一。

在广东和香港，大街小巷遍布各类糖水店或甜品店。

博大精深的糖水文化在南粤大地孕育了数百年，绿豆沙、木瓜炖雪蛤、鲜果西米露、杨枝甘露、珍珠奶茶等脍炙人口。

糖水味道好、制作简单的特点使它受到许多人的喜爱。

糖水的基本制作方法虽然简单，但一些做法和材料的搭配却十分讲究。

甚至糖水的食用功效、适合人群也有一定学问。

今天，糖水已同咖啡、音乐一样，意味着时尚、浪漫与美丽；东南西北，春夏秋冬，无不体现着旺盛的生命力。

本丛书分为《滋补糖水》、《清热糖水》、《清润糖水》、《养颜糖水》4册，共介绍了具有清热、清润、养颜、滋补等功效的特色糖水360款，并对每款糖水的营养功效、制作过程、适合人群、制作要点等进行了详细的解说。

只要你根据书中的解说，就能十分轻松地掌握甜蜜糖水的精致做法，滋润全家。

## <<清热糖水>>

### 内容概要

曾经到广东做客或是经常看港剧的朋友都会对广东人、香港人煲汤习惯记忆深刻，文火熬上半天工夫，一家人围坐在一起，每人只尝一小碗，那份惬意与享受令内地人羡慕不已。其实，除了煲汤习惯，广东和香港人还有喝糖水的习惯，二者并称为久负盛名的“汤水文化”。

糖水，是粤港美食的代表之一。

在广东和香港，大街小巷遍布各类糖水店或甜品店。

博大精深的糖水文化在南粤大地孕育了数百年，绿豆沙、木瓜炖雪蛤、鲜果西米露、杨枝甘露、珍珠奶茶等脍炙人口。

糖水味道好、制作简单的特点使它受到许多人的喜爱。

糖水的基本制作方法虽然简单，但一些做法和材料的搭配却十分讲究。

甚至糖水的食用功效、适合人群也有一定学问。

今天，糖水已同咖啡、音乐一样，意味着时尚、浪漫与美丽；东南西北，春夏秋冬，无不体现着旺盛的生命力。

本丛书分为《滋补糖水》、《清热糖水》、《清润糖水》、《养颜糖水》4册，共介绍了具有清热、清润、养颜、滋补等功效的特色糖水360款，并对每款糖水的营养功效、制作过程、适合人群、制作要点等进行了详细的解说。

只要你根据书中的解说，就能十分轻松地掌握甜蜜糖水的精致做法，滋润全家。

## <<清热糖水>>

### 作者简介

黄远燕，地道广东女子，中国烹饪协会高级会员，广东厨委会会员。

多年来一直潜心研究饮食保健。

目前在一所著名烹饪学校当粤菜讲师，并不定时在多家美食、健康、生活类杂志发表料理专题，还曾参与编写《粤吃越有味》、《四季老火靚汤》、《四季营养餐》、《二十四节气养生》等书籍。

## &lt;&lt;清热糖水&gt;&gt;

## 书籍目录

清热糖水食材大揭秘苹果银耳西瓜盅西瓜绿豆糖水甘蔗马蹄糖水三果鲜奶露冰冻杂果西瓜盅绿豆胡萝卜糖水银耳椰子盅莲藕雪梨糖水绿豆海带臭草糖水海藻绿豆糖水香橙果冻爽西瓜菠萝糖水马蹄鲜荔枝糖水绿豆陈皮糖水红豆陈皮糖水茅根番薯糖水绿豆芋头糖水番薯白果糖水龟苓膏大枣糖水番薯绿豆糖水甘蔗马蹄炖葡萄干白果银耳糖水甘蔗茅根糖水菠萝银耳露番薯雪梨糖水胡萝卜雪梨糖水香橙西米糖水红萝蔗蹄糖水红杏南瓜糖水金红马蹄糖水栗果红枣糖水红菊海底椰糖水苹果马蹄糖水胡萝卜西米露夏曰冰爽红豆沙凉瓜汤丸糖水花生海带糖水胡萝卜苹果糖水菠萝蜜西米露番薯芋头糖水杨梅奶香果块爽奶香绿豆冰爽椰汁西米露雪梨菊花糖水冬瓜银耳糖水香芋薏仁糖水海带银耳糖水红白哈密糖水香糯汤丸糖水菠萝莲子糖水双耳糖水胡萝卜玉米糖水菠萝汤圆糖水番薯汤丸糖水大枣雪梨糖水番薯姜片糖水香滑绿豆沙胡萝卜菊花糖水哈密红豆椰香糖水银耳鸡蛋红枣糖水胡萝卜马蹄糖水淮山银耳番薯糖水腐竹白果薏米糖水芒果西米奶露鲜奶马蹄糕糖水木瓜竹荪糖水青苹果芦荟糖水清补五味糖水海带绿豆糖水蛇果马蹄糖水银耳鸡蛋糖水香滑马蹄爽双杏菊花糖水提子炖银耳糖水西瓜奶糖爽红莲鹌鹑蛋糖水椰奶葡萄红豆露莲子菊花糖水香芋雪梨糖水海底椰杂果糖水杏仁枸杞炖雪梨银耳粟子露雪梨海带茅根糖水杨梅百合西米露椰香燕窝糖水香芒雪蛤露银耳椰香糖水薏米红白糖水圆肉黄金露清热三宝糖水西米香粒奶露西瓜汤丸糖水香芒红豆糖水百合南瓜露

<<清热糖水>>

章节摘录

插图：

## <<清热糖水>>

### 编辑推荐

《清热糖水》：90道滋补糖水私房制作，甜甜蜜蜜享美味美丽一生。  
火热的夏季，是人体消耗最大的季节。  
在高温环境生活和工作，人体的生理和营养代谢会受到一定的影响。  
所以夏季须重视饮食调养，而糖水是最直接有效地调养饮品。

<<清热糖水>>

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>