

<<便捷早餐幸福晚餐>>

图书基本信息

书名：<<便捷早餐幸福晚餐>>

13位ISBN编号：9787538456196

10位ISBN编号：7538456198

出版时间：2012-5

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：张明亮

页数：191

字数：200000

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>

## <<便捷早餐幸福晚餐>>

### 内容概要

本书在提倡健康饮食和家常易做的前提下，精心挑选了400余款美味佳肴，分为“便捷早餐”“幸福晚餐”两大部分，菜肴原料取材容易、操作简单易行、营养搭配合理，既满足了读者对美食健康的诉求，同时也使生活的幸福在餐桌上表现得淋漓尽致。

<<便捷早餐幸福晚餐>>

书籍目录

Part1 便捷粥品

南瓜百合粥  
红花豆芽粥  
皮蛋瘦肉粥  
口蘑香菇粥  
三米桂圆粥  
菠菜芹菜粥  
芹菜山楂粥  
雪梨青瓜粥  
桂花糖莲藕  
苹果木瓜粥  
菠菜鸡粒粥  
大枣山药粥  
八珍鲜粥  
猪骨番茄粥  
烟肉白菜粥  
大枣银耳粥  
百合玉竹粥  
火麻仁菠菜粥  
黑木耳粥  
猪腰薏米粥  
油麦菜粥  
人参雪蛤粥

Part2 清香米饭

荷香卤肉饭  
粤式腊肉饭  
红糟排骨盖饭  
彩椒牛肉炒饭  
火腿青菜炒饭  
美味香辣饭  
龙凤炒饭  
辣白菜炒饭  
叉烧什锦炒饭  
萝卜干黄金饭  
飞蟹蒸饭  
坛肉米饭  
海参虾仁炒饭  
滑蛋蟹柳烩饭  
海南鸡饭  
鹿肉小米饭  
桃仁芝麻炒饭  
香菇菜心炒饭  
山菜蘑菇炒饭  
时蔬鸡蛋炒饭  
猪肉蟹柳炒饭

<<便捷早餐幸福晚餐>>

素四宝烩饭

Part3 风味面条

什锦鸡蛋面

枸杞肉丝炒面

Part4 花样面点

Part5 爽口小菜

Part6 特色饮品

Part7 开胃冷菜

Part8 鲜香热菜

Part9 滋补汤煲

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>