

<<糖尿病人饮食里的学问>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病人饮食里的学问>>

13位ISBN编号：9787543312043

10位ISBN编号：7543312042

出版时间：2004-1

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：美国糖尿病协会编、徐健译

页数：268

字数：220000

译者：徐健

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>

<<糖尿病人饮食里的学问>>

内容概要

糖尿病患者首先应该懂得营养学的基本知识，然后再尝试新的食物，并在食用前后测量血糖，这样，糖尿病患者就可以知道哪些食物最有利于他们自己的病情。

这就是针对个人具体情况成功地自我控制糖尿病的方法。

目前，有关碳水化合物、蛋白质和脂肪之间达到最佳平衡的饮食的讨论取得了一致。

本书所列出的菜谱中，我们试图给出一种合理平衡上述三者的烹饪原理，使得按我们的菜谱做出的食品不仅味道鲜美，而且也建立在完善的营养学指导的基础之上。

如果您想做传统的名菜，您可以试试“各国菜谱”中所列举的美国和世界各地的菜谱。

您想活跃一下节日气氛的话，可以试试“感恩节菜谱”和“美国国庆节菜谱”。

您还可以从本书中学到如何做意大利面条和各种纸包菜肴，学会做各种美味的礼品送给您的朋友。

<<糖尿病人饮食里的学问>>

书籍目录

介绍 烹调术语 低脂肪及低胆固醇烹调技术 增加淀粉和纤维素含量的烹调技术 低盐烹调 烹调中香料和调味品的使用 烹调中用糖和糖的替代物烹调技术 纸包菜肴 用香草为菜肴添加神韵 意大利面食 奇妙的混合干粉 利用高压锅烹调食物 烧烤 用剩菜做出美味来 单身族的烹调 您的爱心, 您的礼物 各国菜谱 匈牙利菜 美国本土菜 波斯湾风味菜 德国菜 夏威夷风味菜 西班牙菜 巴基斯坦风味菜 意大利菜 路易斯安那州风味菜 地中海风味菜 节日盛宴 感恩节菜谱 圣诞节菜谱 情人节菜谱 母亲节菜谱 父亲节菜谱 美国国庆节菜谱 夏日野餐菜谱 鸡尾酒会菜谱 传统菜新做法 比萨饼 牛肉菜 食品的精华 各种烤方 美味粥品 南瓜菜 酸奶风味菜 烤松饼 绿色食品 素菜拾萃 沙拉大全 菜根香 豆类美食 神奇的豆腐附录 中餐 家常菜 主食 一些糖尿病食疗方的营养成分分析

<<糖尿病人饮食里的学问>>

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>