

<<素食养生菜188款>>

图书基本信息

书名：<<素食养生菜188款>>

13位ISBN编号：9787543322691

10位ISBN编号：7543322692

出版时间：2008-1

出版时间：天津翻译

作者：叶俊杰

页数：136

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>

## <<素食养生菜188款>>

### 内容概要

本书是一本细分读者对象、专门介绍素食养生的图书。

全书分春、夏、秋、冬四个季节，分别介绍了188款素食养生菜肴，其中除菜品的制作工艺外，还根据读者的需要加入一些烹饪小窍门、健康营养搭配、素食健康理念等内容。

为保证书稿质量，作者重新烹制每道菜品并聘请专业摄影师拍照菜品图片附在书上。

<<素食养生菜188款>>

书籍目录

素菜烹调要领素食烹饪小秘诀如何制作素高汤如何制作素肉馅如何制作素鱼馅如何制作素虾蓉馅如何制作素香肠如何制作素板鸭如何制作素鸡如何制作素牛肉如何制作素火腿如何制作素海参如何制作素鱼如何制作素雪哈素雪鱼制法素肉制法素肉松的制法素鸡制法素食食疗与保健方法春季养生菜 01 玉钗鲜鱿 02 金银蛋豆腐 03 肉松蛋卷 04 果汁瓜条 05 玉米拌百合 06 时蔬菜卷 07 新拌三丁 08 幸福金瓜 09 冰镇芥兰 10 雄鹰肥翅 11 鲜菊炆春笋 12 五州参豆 13 醒目瓜条 14 青青楼园 15 鲜橙草莓娃娃菜 16 芙蓉扒菜胆 17 火龙果文金针菇 18 玉米之乡 19 一品素元 20 素全爆 21 陈皮乔蕉菊花饮 22 酿时蔬卷 23 草莓金瓜焖银耳 24 苔菜托鱼条 25 鲜橘西瓜冰 26 和平世界 27 菠萝文春笋 28 玫瑰芙蓉炒芒果 29 火龙果木瓜文草莓 30 五柳素鱼 31 月阳花 32 拔丝龙眼 33 椿芽芸丝 34 牡丹鲍鱼 35 草莓金瓜 36 烧椒金瓜 37 石花文杨桃 38 花香四季 39 芦笋菊花文菠萝 40 火腿金针锅 41 珍菌莲子煲 42 安虾云耳小堂菜 43 芝麻土豆条 44 茶香豆腐 45 油焖芦笋 46 不生不灭 47 锦绣百果花枝片夏季养生菜 秋季养生菜 冬季养生菜

<<素食养生菜188款>>

章节摘录

插图

<<素食养生菜188款>>

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>