

<<清爽凉拌>>

图书基本信息

书名：<<清爽凉拌>>

13位ISBN编号：9787543676084

10位ISBN编号：7543676087

出版时间：2011-11

出版时间：青岛出版社

作者：美食生活工作室 编

页数：120

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>

<<清爽凉拌>>

内容概要

这是一套物超所值的小菜谱，有小炒有凉拌，有汤煲有主食……书中收录了适合家庭餐桌的多款中西美食，不仅详尽说明了制作过程，还附加菜品烹制要点及原材料选购保存等知识。跟随简洁明了的文字和精美的图片，轻松体会料理的乐趣吧，让您家的餐桌从此缤纷热闹起来!

<<清爽凉拌>>

书籍目录

凉拌妙招

凉拌小菜, 有益身体健康

生吃蔬菜的保健功效

凉拌的基本技法

凉拌菜的调制要点

凉拌菜巧切配、调味

凉拌菜宜添加姜、蒜

美味素菜

香辣莴笋

生拌莴笋

桃红莴笋

糖醋芦笋片

麻辣笋

椒油炆茭白

凉拌茭白丝

葱油茭白

番茄块拌芦荟

盐水花生芦荟

泡菜黄瓜

椒油炆黄瓜

清口黄瓜

青瓜杏仁

黄瓜拌油条

珊瑚黄瓜

凉拌苦瓜丝

豆豉苦瓜

蜂蜜百合凉瓜

糖醋彩椒

沂蒙小拌

山椒拌白萝卜

糖醋萝卜丝

胡萝卜拌银芽

炆拌胡萝卜丝

凉拌番茄

什锦番茄

番茄拌三丝

珊瑚藕

白糖拌山楂藕丝

凉拌藕片

冰镇脆西芹

芝麻芹菜段

核桃仁拌芹丝

红片花菜

海米炆菜花

果汁白菜心

<<清爽凉拌>>

京糕白菜丝

芥末白菜墩

咖喱卷心菜

.....

营养肉菜

鲜蛋水产

厨房窍门

<<清爽凉拌>>

章节摘录

版权页：插图：

<<清爽凉拌>>

编辑推荐

《清爽凉拌》：中国烹饪大师张恕玉，知名营养专家王作生联合推荐。
经典菜品160、厨房窍门77、特色味型32。

<<清爽凉拌>>

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>