

<<家常禽蛋菜-养生保健>>

图书基本信息

书名：<<家常禽蛋菜-养生保健>>

13位ISBN编号：9787543930827

10位ISBN编号：754393082X

出版时间：2007-3

出版时间：上海科文

作者：吴杰

页数：56

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>

<<家常禽蛋菜-养生保健>>

内容概要

《养生保健家常禽蛋菜》精选了56款既实用又具代表性的、营养均衡的禽蛋菜肴，并配以简洁的文字和精美的彩色图谱，对每款菜肴的用料配比、制作方法、成品特点、操作提示均做了具体的展示。

对主要制作过程还配有示范图片。

并以通俗、生动的文笔，对各种原料的营养成分、食疗保健功效等做了详细的介绍，使读者在学习制作佳肴的同时，还能了解和掌握到食物的营养保健食疗知识，从而使日常饮食寓于保健养生之中，真正吃出美味，吃出健康。

该书图文并茂，步骤清晰，原料易取，易学易做。

按书习作，您一定能把禽蛋菜肴做得有滋有味。

既可提高您的厨艺水平，又能增添生活乐趣。

<<家常禽蛋菜-养生保健>>

书籍目录

翡翠松仁扒鸡炸蒸鸡腿霉干菜扣腊鸡腿百合木耳乌鸡煲杞子白玉炖乌鸡海马山药炖仔鸡草菇鸡丸汤兰花玉米炖仔鸡家常蘑菇炖鸡块土豆焖仔鸡双菇烧鸡块猴头菇烧鸡块翡翠鸡块鸡片双蔬麻酱鸡丝红油鸡丝熟炒鸡丝麻油鸡丝芦荟黄花鸡丝鸡丝豇豆枣焖鸡肘烧凤爪吉利堂鲜香菌汤双蔬鸡胗碧菠胗肚虫草香菇鸭藕菇炖鸭芥蓝炒鸭条芥末拌鸭掌冬笋烧鹅块海带炖大鹅川味鹅块芥蓝鸽柳珍珠乳鸽汤双珍炖肉鸽炸铁雀香酥鹌鹑茼蒿鹌鹑鹌鹑炖木耳三宝烧鸽蛋金鱼戏珠香辣鹌鹑蛋换心蛋虾仁煎蛋三彩鸡蛋片西兰花蛭肉炒蛋茼蒿炒鸡蛋花茎胡萝卜炒蛋羊肉蛋烧麦挂浆白果香酥蛋盒香辣碧菠鸭蛋肉末蒸鸭蛋熘皮蛋虎皮咸蛋虾仁菊花鹅蛋

<<家常禽蛋菜-养生保健>>

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>