

<<菇, 最好吃!>>

图书基本信息

书名：<<菇, 最好吃!>>

13位ISBN编号：9789868481725

10位ISBN编号：9868481724

出版时间：2009

出版时间：養沛文化館

作者：陳穎仁

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>

## <<菇, 最好吃!>>

### 内容概要

可以天天換著吃、變著吃的50道菇料理，讓你怎麼吃都吃不膩！  
菇，比一般蔬菜含更高的蛋白質，豐富的醣類、脂質、食物纖維、維他命，尤其含有多量的穀胺酸和寡糖，而且低肪低、熱量低，常吃菇不僅能提昇免疫力，不怕發胖，營養又健康。  
菇料理的烹調方式十分多樣化，可炒、烤、炸、汆燙，可做湯可涼拌，味道都超級鮮美。  
本書提供你一定要學會的50道菇料理，讓你吃進鮮菇的美味。

## <<菇, 最好吃!>>

### 作者简介

陳穎仁

前中華素食協會理事長、善仁齋素食館董事長。

學歷：專科學校自學進修學力鑑定考試及格。

#### 經歷

北城素食餐廳主廚

全省素食之家主廚

松林素菜餐廳主廚

禪綠素菜餐廳主廚

觀世音素菜餐廳行政主廚

千喜屋素菜餐廳總經理

中華素食技能發展協會理事長

職訓局中餐檢定評鑑委員

佛光山佛光會烹飪班講師

新竹社區婦女關懷協會素食班講師

觀光局中華美食展第一屆模範名廚

第二屆教授與名廚研討會主講名廚

第一屆中華美食展國際賽個人銀牌團體銅牌

第一屆客家美食展菜餚設計及訓練老師

大磐企業食品有限公司技術顧問

日本九州天然王國技術顧問

教育部教師專案素食乙級專任講師

喬治中學成人教育班素食講師

淡水社區大學素食班講師

#### 現任

中華素食技能發展協會名譽董事長

社團法人中華中外美饌研究發展協會常務理事

職訓局中餐檢定評鑑委員

育達中學餐飲科顧問

大磐企業食品有限公司技術顧問

桃園餐飲協會素食專業講師

著作：《素菜真跡》、《素菜珍饈》。

<<菇, 最好吃!>>

#### 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>