

<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

图书基本信息

书名：<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

13位ISBN编号：9787030125354

10位ISBN编号：7030125355

出版时间：2004-1

出版时间：科学出版社

作者：高桂兰

页数：99

字数：70000

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>

<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

内容概要

蔬菜，是每天必须摄取的维生素、矿物质等营养的重要来源，但蔬菜的纤维及特殊的青草味，使很多小朋友拒绝吃食，不论父母如何软硬兼施，小朋友就是不肯吃，父母为小孩每天能摄取均衡的营养，非常头痛。

本书为小朋友精心调理制作了14种营养蔬菜，70种美味变化，让你家的小朋友不再讨厌吃蔬菜。

<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

作者简介

许多朋友喜欢亲切地喊她“高姐”，因为喜欢烹饪，所以经常沉浸在烹饪世界中，发掘出许多乐趣，更变化各种菜色。

凡吃过高姐菜色的人，都会被菜肴美味深深吸引。

因为喜欢做菜，想和大家分享好吃的菜肴，所以开了一家“芬兰家厨”小馆，身兼老板和主厨，虽然忙碌，但

<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

书籍目录

作者序/作者介绍编辑手记/烹调换算表第一单元 为什么要吃蔬菜 蔬菜的营养第二单元 小朋友最爱的香甜蔬菜 圆白菜 让料理充满变化的家常蔬菜 三色蛋饼 蔬菜海鲜煎饼 高钙蔬菜汤 圆白菜汤 奶焗H圆白菜 土豆 绵密可口的主食蔬菜 熏肉薯饼 烤土豆 可乐饼 薯泥色拉 酱烧牛腩 南瓜 金黄松软的童话马车 奶酪烤南瓜 金瓜八宝饭 日式煮南瓜 金瓜酸奶 金瓜葫芦 玉米 甜美多汁的鲜黄颗粒 酥皮玉米汤 黑皮珍珠菇 玉米水饼 玉米煎饼.....第三单元 野味蔬菜变好吃了

<<小朋友最爱吃的蔬菜料理>>

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>