

<<爱吃辣90道>>

图书基本信息

书名：<<爱吃辣90道>>

13位ISBN编号：9787030127075

10位ISBN编号：7030127072

出版时间：2004-2-1

出版时间：科学人文出版分社

作者：蔡万利,刘礼雄

页数：99

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>

<<爱吃辣90道>>

内容概要

新健康大系·营养与保健系列。

本书介绍了辣椒丰富的番椒素可以提高免疫力、抗氧化；辣椒红素被证实有助于防癌及预防动脉硬化、抗辐射；日本1个月减8公斤的“辣椒减肥法”……详读本书，照单操作，让您享受大汗淋漓、脂肪燃烧的热辣。

<<爱吃辣90道>>

书籍目录

辣椒HOT翻天辣得头皮发麻HOT9无辣不痛快！

——辣椒Chilli Pepper辣的N次方——极辣调味品作者序，容易看、容易学、容易做，享受辣所带来的美味乐趣——人气火红、广受青睐的香辣菜14道 6种自制超辣调味酱 水煮鱼 辣炖鲜鱼 香辣蟹 粉丝蟹煲 回锅肉 香辣豆腐 酱烧鱿鱼 泰式香辣米粉 咖喱炸鸡 剥皮辣椒鸡 辣味海鲜串烧 辣酱烤鲳鱼 沙茶烤肋条 二 开胃下饭、食欲在开的酸辣菜14道 麻婆豆腐 宫宝双鲜 麻辣锅 胡椒虾 川味牛腱 椒麻嫩鸭 左宗棠鸡 麻辣面 黑胡椒牛排 担担面 五更肠旺 辣味蹄筋 麻辣牛筋 陈皮牛肉 松子川椒鸡 宫保鸡丁 夫妻肺片 三 头发麻、血脉通畅的麻辣菜17道 四 顶上冒烟、暂停吸气的呛辣菜15道 五 酣畅淋漓、大呼过瘾的干辣菜15道 六 入喉甘甜、后劲转辣的甜辣菜14道

<<爱吃辣90道>>

编辑推荐

<<爱吃辣90道>>

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>