

<<中国大锅菜凉菜卷>>

图书基本信息

书名：<<中国大锅菜凉菜卷>>

13位ISBN编号：9787113139759

10位ISBN编号：7113139752

出版时间：2011-12

出版时间：中国铁道出版社

作者：李建国

页数：217

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>

<<中国大锅菜凉菜卷>>

内容概要

现在人们困惑的是吃什么，怎么吃，怎样才能吃出健康？

上班族可能每天至少有一次在集体食堂用餐，吃的好坏直接关系上班族的健康。

《中国大锅菜(凉菜卷)》作者李建国多年来潜心集体食堂大锅菜的研究和实践，从烹饪的技法、食谱的科学设计、营养素的合理搭配、投料的标准等诸多方面进行了长期的积累、总结，形成了一套完整的系列菜谱。

《中国大锅菜(凉菜卷)》的出版将会得到烹饪界朋友，尤其会得到各级领导和集体食堂朋友的青睐，因为它提供了一套内容完整、搭配合理的营养菜谱，这种“拿来就用”的大锅菜将为机关、学校、部队及企事业单位提供职工自己的菜谱。

<<中国大锅菜凉菜卷>>

作者简介

李建国 国烹饪大师 获1993年全国烹饪大赛金牌 评为1993年全国百名优秀厨师
1997年国家机关首届烹饪金牌 国家职业技能鉴定高级考评员 中式烹调高级技师高级营养师

<<中国大锅菜凉菜卷>>

书籍目录

B

白菜海蜇皮
白斩文昌鸡
拌八爪鱼
拌叉烧鸭胸
拌三丁
拌三皮丝
拌什锦小菜
拌双耳
拌双丝
拌鱿鱼丝

C

D

E

F

G

H

J

K

L

M

N

P

Q

R

S

T

W

X

Y

Z

<<中国大锅菜凉菜卷>>

编辑推荐

中国悠久的饮食文化在凉菜的体现上尤为显著，并形成了逐菜独自の技法系统。

凉菜的营养价值是不容忽视的，生吃蔬菜能够最大限度地保存菜里面的营养。

李建国所著的《中国大锅菜(凉菜卷)》从原料的选取加工到制作、装盒的图片都是请专业摄影师现场拍摄的，菜品的颜色没有经过任何处理。

<<中国大锅菜凉菜卷>>

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>