

<<营养家常菜1000样>>

图书基本信息

书名：<<营养家常菜1000样>>

13位ISBN编号：9787200062816

10位ISBN编号：7200062812

出版时间：2006-1-1

出版时间：北京出版社

作者：中国烹饪协会美食营养专业委员会

页数：273

字数：490000

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>

<<营养家常菜1000样>>

内容概要

为满足广大读者日益丰富的生活需要，中国烹饪协会美食营养专业委员会组织部分烹饪、营养专家、精心编写了这套[10元家常菜1000样]系列丛书。

本着经济、易学、美味、营养的编写原则，丛书力求菜肴做法清晰明了，菜肴成本不高于10元，菜肴总量不少于1000样，从而最大程度实现丛书的使用价值。

除了可口菜肴，丛书还辑录了不少厨房小窍门，为读者提升厨艺提供了许多巧妙方法。

此外，为了饮食更科学、安全，丛书还在每一分册后增加了一个附录，归纳整理了生活蝇不宜混食的各种饮食列表，您可以方便地索引查阅。

<<营养家常菜1000样>>

书籍目录

营养小炒 素菜类 醋熘白菜 珊瑚白菜 板栗烧菜心 麻辣白菜卷 酒泼油菜 蘑菇菜心 三彩菠菜 姜汁菠菜 素炒苋菜 蒜蓉茼蒿 椒乳茼蒿 酥豆空心菜 腐乳空心菜 核桃仁蚝油生菜 夏果西芹百合 清炒韭菜豆芽 滑炒素肉片 辣脆洋葱 酱烧莴笋 熘莴笋丁 清炒莴苣叶 鱼香茭白 糟煎茭白 炒二冬 清炒芦笋 醋熘土豆丝 葱烧薯条 柿子椒炒土豆片 地三鲜 香辣薯丝 果珍薯丁 拔丝山药 炒素虾仁 清炒山药丝 糖醋藕丝 蜜汁山药 藕断丝连 酒糟芋头丝 酸辣萝卜 樱桃萝卜 金壳红玉 烧小萝卜 胡萝卜炒雪里蕻 烧茄子 鱼香茄子 怪味茄子 农家香剪茄子 奶汁西红柿子椒 糖醋红柿子椒 虎皮尖椒 辣椒玉米 醋熘嫩黄瓜 三丝黄瓜卷 烧二冬 南瓜百合 素炒西葫芦 清炒丝瓜 柿子椒炒丝瓜 炒辣味丝瓜 糖醋苦瓜 冬菜苦瓜 蒜蓉荷兰豆 菇炒豌豆 番茄菜花 熘豆芽 炒果味豆芽 炸香椿 雪里蕻笋丁 香菇菜心 多彩金菇 白汁蘑菇 腐竹蘑菇 栗子香菇 美味脆鳝 素烧平菇 黄蘑素鸡 黑木耳炒芹菜 黑木耳炒黄花菜 银耳素烩 松仁玉米 畜肉类 营养粥 营养汤 营养凉拌菜 营养锅 营养炖 蒸煮附录

<<营养家常菜1000样>>

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>