第一图书网, tushu007.com

<<用蛋做菜>>

图书基本信息

书名：<<用蛋做菜>>

13位ISBN编号：9787501934768

10位ISBN编号：7501934762

出版时间：2002-1-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：梁琼白

页数：83

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

蛋的营养成分有蛋白质、脂肪、维生素等，其中最主要的营养成分即蛋白质。
鸡蛋中的蛋白质储存于蛋黄内，不仅适合人体吸收，更是维持人体结构及修复受损组织最不可或缺的要素之一，而过多的蛋白质会变成脂肪储存起来，或产生热量而增强体力。
蛋类虽好，还应适量食用。

第一图书网, tushu007.com

<<用蛋做菜>>

书籍目录

蛋小学问大用鸡蛋做菜玉米炒蛋芙蓉丝瓜芙蓉炒蟹番茄炒蛋菠菜炒蛋银鱼炒蛋三鲜烩蛋臊子烘蛋滑蛋虾仁滑蛋牛肉玉米蒸蛋牛肉蒸蛋茶碗蒸千层蛋冬菜蛋脯如意蛋脯香煎蛋饺蔬菜煎蛋干贝无黄蛋八宝蛋包鸡窝蛋魔王蛋菜脯蛋茶叶蛋蛋酒虾龙糊紫菜蛋花汤用皮蛋做菜宫保皮蛋双椒皮蛋皮蛋拌豆腐韭菜皮蛋松蕈油皮蛋皮蛋瘦肉粥用咸蛋做菜荷包肉黄咸蛋苦瓜蛋黄鸡肉卷蛋黄蒸肉蒸三色蛋咸蛋芥菜汤

编辑推荐

外形圆的蛋，蛋黄较大，外形长的蛋则蛋白较多。
新鲜的鸡蛋，外皮略显粗糙，色泽白亮，若是外壳灰暗，摇动时有响声，且蛋壳光滑，就不太新鲜了。
新鲜的鸡蛋打开后，蛋黄饮满而有光泽，蛋白凝结而不易扩散，若是蛋黄凹陷，蛋白四散，就是已经变质的收了。

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