

<<健康美人餐>>

图书基本信息

书名：<<健康美人餐>>

13位ISBN编号：9787501940363

10位ISBN编号：7501940363

出版时间：2003-09-01

出版时间：中国轻工业出版社

作者：杨锦华

页数：79

字数：76000

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>

<<健康美人餐>>

内容概要

本书分四部分介绍，主要内容有干炒扁豆、糖醋小胡萝卜、水煮毛豆荚、冰镇山药片、蜂蜜山药、蚕豆炒韭菜、清炒油菜、香菇酸菜末、白玉苦瓜、紫菜豆腐卷、凉拌菠菜、凉拌白菜、凉拌绿竹笋、凉拌白玉、凉拌瓜皮、凉拌双脆、凉拌银芽瓜心、肉补、香根牛肉、牛肉白菜丝、牛肉炒芋梗、南瓜蒸肉等。

<<健康美人餐>>

书籍目录

一、蔬菜补干炒扁豆糖醋小胡萝卜水煮毛豆荚冰镇山药片蜂蜜山药蚕豆炒韭菜清炒油菜香菇酸菜末白玉苦瓜紫菜豆腐卷凉拌菠菜凉拌白菜凉拌绿竹笋凉拌白玉凉拌瓜皮凉拌双脆凉拌银芽瓜心 二、肉补香根牛肉牛肉白菜丝牛肉炒芋梗南瓜蒸肉豆苗蒸肉饼紫茄镶肉冬瓜炒肉末黄豆芽肉末翠绿玉镯玛瑙镶肉豌豆羊肉胡萝卜炖羊肉白萝卜炖羊肉芹菜拌鸡丝瓠瓜鸡肉丁百合炖鸡糟蛋三、海味虾仁白菜香根虾仁薏米鲈鱼红豆鲫鱼苋菜鲷鱼芋头蒸鲫鱼四、甜品&汤高粱蒸糕大麦蒸糕翡翠蒸糕黄金蒸糕地瓜蒸糕鸭肉菜脯汤鸡肉黑豆汤花豆排骨汤麻子仁粥葱须小肠汤

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>