

<<食用菌营养与菜谱>>

图书基本信息

书名：<<食用菌营养与菜谱>>

13位ISBN编号：9787534128783

10位ISBN编号：7534128781

出版时间：2006-10

出版时间：浙江科技

作者：本社

页数：104

字数：67000

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>

<<食用菌营养与菜谱>>

内容概要

随着人民生活水平的不断提高，绿色健康的饮食已成为当今广大城市居民的普遍追求，食用菌含有人体必需的各种氨基酸，富含蛋白质、维生素和矿物质，营养丰富、味道鲜美，是国际上公认的理想蛋白质和组织营养来源。

此外，食用菌还含有真菌多糖等众多生理活性物质，具有提高机体免疫功能，调节人体生理机能的作用。

为了使更多的人能了解食用菌，使食用菌这一绿色健康食品进入普通百姓餐桌，杭州市农业科学研究院在建设珍稀食用菌科技创新服务平台、推进珍稀食用菌产业发展的进程中，在杭州市科学技术协会的支持下，联合杭州市食用菌协会、杭州烹饪等一系列科普宣传活动。

在此基础上，编写了《食用菌营养菜谱》一书。

本书精选了30种常见的和珍稀的食用菌，通俗地介绍了其生物学特性、营养价值和保健功能，以及100道由名店名厨掌勺、烹制的食用菌创新菜肴。

希望本书的出版在引导百姓健康饮食，促进食用菌产业的发展方面能发挥一定的作用。

<<食用菌营养与菜谱>>

书籍目录

大宗食用菌 蘑菇 营养保健功能 菜肴制作 金针菇 营养保健功能 菜肴制作 平菇 营养保健功能
菜肴制作 黑木耳 营养保健功能 菜肴制作 香菇 营养保健功能 菜肴制作 银耳 营养保健功能 菜
肴制作 草菇 营养保健功能 菜肴制作珍稀食用菌 杏鲍菇 营养保健功能 菜肴制作 茶树菇 营养保
健功能 菜肴制作 姬菇 营养保健功能 菜肴制作 灰树花 营养保健功能 菜肴制作 猴头菌 营养保
健功能 菜肴制作 竹荪 营养保健功能 菜肴制作 鸡腿菇 营养保健功能 菜肴制作 蛹虫草 白
灵菇 大杯蕈 金福菇 秀珍菇 滑菇 真姬菇 鲍鱼菇 天麻 姬松茸野生食用菌 牛肝菌 羊肚菌 虎掌菌 鸡
油菌 松茸 鸡枞参考文献

<<食用菌营养与菜谱>>

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>