

<<家常营养菜谱>>

图书基本信息

书名：<<家常营养菜谱>>

13位ISBN编号：9787538173178

10位ISBN编号：753817317X

出版时间：2012-4

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：丁海涛

页数：224

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>

<<家常营养菜谱>>

内容概要

《家常营养菜谱》讲述了吃得美味和健康是人们追求饮食的终极目标，随着社会经济的不断发展，食材不再受到地域和气候的限制，一年四季各种新鲜食材都可见到，可是，如何尽情运用这些丰富的食材做出美味营养的菜肴呢？

这是摆在许多家庭面前的一大问题。

《家常营养菜谱》介绍了800多道不同风味的家常菜肴，配备的图文精美，制作过程的讲解通俗易懂，根据这些制作方法来进行烹饪，简单易学。

还有操作要点的介绍和提示，让读者轻松制作日常三餐。

<<家常营养菜谱>>

作者简介

国家高级技师，研究生学历 现任北京神农庄园酒店副总经理兼行政总厨、河北神农庄园酒店副总经理 2002年10月在二炮驻京机构烹饪大赛中荣获二等奖 2003年4月荣获第二届东方美食国际大奖赛特金奖 2004年12月荣获全国第五届全国烹饪大赛二等奖 2005年4月荣获第三届首都营养美食“海德杯”金奖 2006年4月荣获第二届“药都樟树杯”中华美食养生技术交流大赛个人全能金奖，同时荣获“世界药膳美食名师”称号 2006年12月被评为京城名厨八大风云人物之一，被录入《北京当代名厨大典》 2007年9月获得劳动部颁发的“营养配餐师”资格证 2007年12月获得国家级评委资格证书 2008年12月荣获全国第六届烹饪大赛银奖 2009年3月被评为“中华餐饮十大杰出青年” 2009年7月被聘为河南省鹤壁市技术职业学院客座教授 2009年9月被中国饭店协会授予“中国烹饪大师”称号 2009年10月被商务部、中国饭店协会评为“中国名厨百人之一” 2010年10月参加韩国“大长今”杯世界养生菜大赛，荣获个人特金奖 2011年9月参加第四届全国创新菜大赛，荣获个人金奖 2005年至今，多次被北京电视台五套和九套、北京移动传媒、海淀电视台、石景山电视台等多家媒体报道，并与电视台“天天饮食”栏目组合作录制《食尚神农，健康美食》，每周播放一道生态健康菜

<<家常营养菜谱>>

书籍目录

可口热菜 韩式煎豆腐 紫茄大蒜焗鸭肝 小炒牛肚 小葱辣拌鱿鱼丝 风味辣河虾 夹心牛肉 腊肉炖鳝鱼
脆笋拌土鸡 双味大虾 朝鲜米肠 香煎银针鱼 泰椒南乳骨 沙茶酱羊肉串 糟熘鱼片 酱排 香煎秋刀鱼
辣拌明太鱼 自制酱鸭舌 咸肉春笋煲 玉米饼扣羊肋 香煎黄花鱼 苔条面拖黄鱼 泡椒脆肚 熏马肠 盐水
鸭 韩式江米排骨 绿茶肥肠 泡椒牛百口十 菠萝凤尾虾球 韩式盐焗虾 牛奶黄油蟹 香辣神仙蟹 真味鸭
舌 石榴玉米盏 夏果带子匙 火腿冬瓜夹 三鲜锅巴 麒麟鳊鱼 五香羔羊肉 咖喱牛肉蛋包饭 腊笋干层肉
茶树菇炒肚丝 蜜汁火方 草菇丝排 赛螃蟹 葱香鱿鱼仔 削骨肉煮油豆腐 蒜萎炒猪肝 蚝仔煎蛋 孜然
寸骨 姜汁皮蛋 豉油鸡 金沙爆南瓜 香羊排爽口凉菜营养主食滋补羹粥地方特色菜不同人群健康
食谱

<<家常营养菜谱>>

编辑推荐

吃得美味和健康是人们追求饮食的终极目标，随着社会经济的不断发展，食材不再受到地域和气候的限制，一年四季各种新鲜食材都可见到，可是，如何尽情运用这些丰富的食材做出美味营养的菜肴呢？

这是摆在许多家庭面前的一大问题。

《家常营养菜谱》介绍了800多道不同风味的家常菜肴，配备的图文精美，制作过程的讲解通俗易懂，根据这些制作方法来进行烹饪，简单易学。

还有操作要点的介绍和提示，让读者轻松制作日常三餐。

本书由丁海涛编著。

<<家常营养菜谱>>

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>