

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

图书基本信息

书名：<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

13位ISBN编号：9787542748973

10位ISBN编号：7542748971

出版时间：2011-5

出版时间：上海科学普及出版社

作者：李宁 编

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>

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

内容概要

《现代人必吃的营养五谷食谱》主要包括小面粉大不同--面粉的特点和用途、大厨手把手教你和好面、西点的制作工具和技巧大厨亲授做好曲点的秘诀、营养均衡食五谷--餐桌上不可缺少的营养美食、花样馒头、开花馒头、牛奶馒头、南瓜馒头、金银馒头、芝麻馒头、红薯面馒头、荞麦面馒头、山药小馒头、粗粮细做保健康--中式面点口味升级、现代人必吃杂粮品--美味健康传统小吃等内容。

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

作者简介

李宁

从事临床营养工作20年，致力于营养治疗及咨询、医学专科生及本科生的营养教学、营养学领域的科研以及大众营养宣教等工作。

曾参与《现代临床营养学》、《临床营养治疗学》等多部营养学专著的编写，在国内核心期刊上发表过数篇专业论文。

出版过《婴幼儿营养方案》、《孕产妇营养方案》、《疾病饮食调理》等多部科普作品。

多次在电台、电视台进行科普宣教，并在各种报刊杂志上发表过科普文章数十篇

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

书籍目录

营养均衡食五谷

——餐桌上不可缺少的营养美食

花样馒头

开花馒头

牛奶馒头

南瓜馒头

金银馒头

芝麻馒头

红薯面馒头

荞麦面馒头

山药小馒头

刀切馒头

全麦馒头

双色馒头

花生馒头

糯米馒头

开花发糕

糜子面窝头

虾酱窝头

桂花窝头

莲蓉佛手包

黑米莲蓉包

寿桃包

菊花包

莲蓉葫芦包

什锦糖包

豆沙包

刺猬包

南瓜奶包

金鱼包

喷香花卷

椒盐花卷

银丝卷

猪蹄卷

鸳鸯卷

葱花卷

荷叶花卷

麻花卷

豆腐花卷

双色花卷

五香葱花卷

吉祥如意卷

枣花卷

金丝卷

广式腊肠卷

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

麻酱花卷
五彩小花卷
火腿卷
椒香糯米包卷
豆沙卷
香麻糯米卷
糯米紫菜卷
果味金银花卷
香芋面包卷
椰香莲蓉卷
芝士紫菜卷

.....

粗粮细做保健康
——中式布点品味升级
现代人必吃杂粮品
——美味健康传统小吃

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

章节摘录

版权页：插图：

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

编辑推荐

<<现代人必吃的营养五谷食谱>>

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>