

<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

图书基本信息

书名：<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

13位ISBN编号：9787807226826

10位ISBN编号：780722682X

出版时间：2009-1

出版时间：辽宁民族出版社

作者：裴泰子

页数：119

译者：文忠实

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>

## <<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

### 内容概要

本书分为简单的早餐沙拉&沙拉酱、塑造苗条身材的减肥沙拉&沙拉酱、打造健康皮肤的沙拉&沙拉酱、儿童间餐沙拉&沙拉酱四部分。

详细介绍了45种美味沙拉和酸味、甜味、辣味沙拉酱的制作方法。

附上温馨TIP教您如何选用新鲜蔬菜、水果、海鲜制作出美味佳肴。

## <<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

### 作者简介

裴泰子：从小热爱烹饪。

是一位著名的专业料理师。

目前在现代百货商店、范溪中学白云中学讲授生活料理和料理科学课程。

同时参与食品造型等活动，著作有《滋补营养62例》《美食疗法62例》《瘦身沙拉&沙拉酱45例》《果汁&三明治营养早餐50例》等。

<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

书籍目录

1 简单的早餐沙拉&沙拉酱 柑橘沙拉&橘子沙拉酱 培根沙拉&洋葱沙拉酱 什锦水果沙拉&草莓酱沙拉酱 土豆沙拉&蛋黄沙拉酱 鱼糕沙拉&炸酱沙拉酱 金枪鱼土豆沙拉&葡萄籽油沙拉酱 水果沙拉&酸乳沙拉酱 地瓜土豆沙拉&蜂蜜芥末沙拉酱 山药沙拉&猕猴桃沙拉酱 梅子2 塑造苗条身材的减肥沙拉&沙拉酱 凉粉沙拉&梅子沙拉酱 茄子沙拉&柠檬沙拉酱 章鱼沙拉&辣根沙拉酱 鸡腿肉甘蓝沙拉&芝麻沙拉酱 大蒜洋葱沙拉&黑芝麻沙拉酱 黄豆芽魔芋沙拉&苏子沙拉酱 蔬菜沙拉&菠萝沙拉酱 菠菜沙拉&梨沙拉酱 水豆腐沙拉&橄榄油沙拉酱 嫩芽沙拉&黑豆沙拉酱 海藻(海带)沙拉&苹果柠檬沙拉酱 海藻粉丝沙拉&草莓酸奶沙拉酱 海蜇皮鱿鱼沙拉&柚子沙拉酱 番茄3 打造健康皮肤的沙拉&沙拉酱4 儿童间餐沙拉&沙拉酱

<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

章节摘录

插图：

<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

编辑推荐

想瘦身吗？  
同时又想吃美味吗？  
翻开《瘦身沙拉&沙拉酱45例》看看吧！

<<瘦身沙拉&沙拉酱45例>>

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>