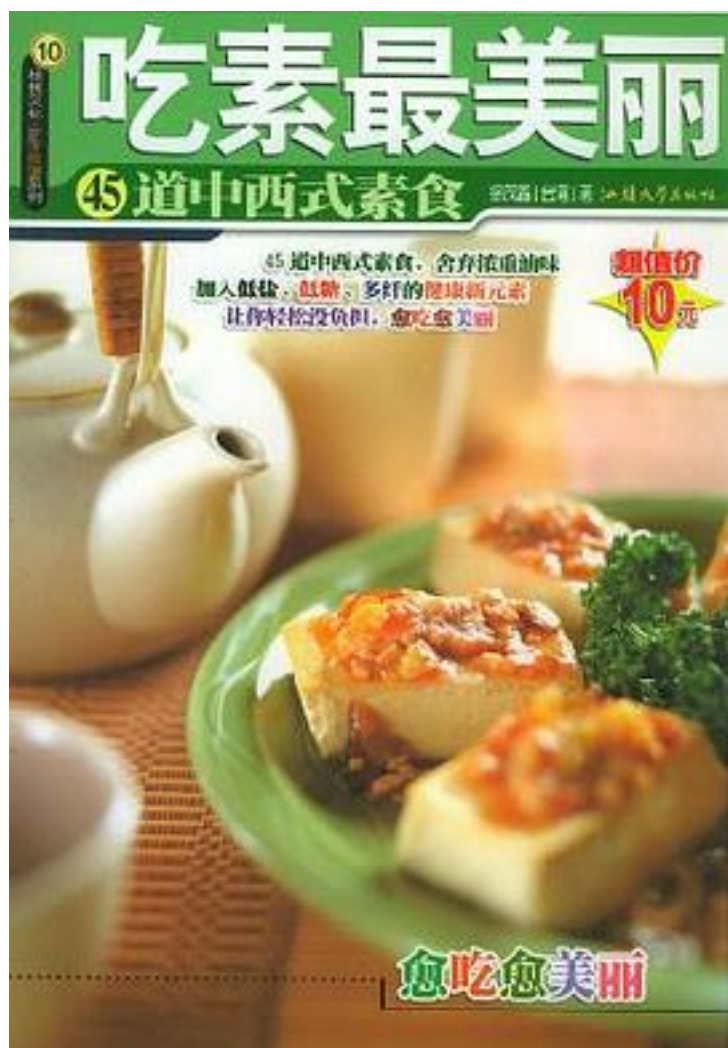


吃素最美丽



[吃素最美丽_下载链接1](#)

著者:辜惠雪

出版者:汕头大学出版社

出版时间:2004-03-01

装帧:平装

isbn:9787810367134

【注】《酸奶DIY》、《吃素最美丽》、《夏日清凉饮料》都是采用的同一个ISBN编号，目前豆瓣将另外两本的书名放在 又名 里标注，方便大家搜索和评论。——豆瓣团队

本套食谱完整收录各款中西美食，从经典美味、家常菜色到热门小吃，带你进入幸福的美食天堂，教你餐外吃出美味与健康；西式菜肴更让你体会到料理无国界的乐趣，让你家的餐桌从此缤纷热闹起来。

赶快来学几道美味进尚佳肴的烹调方法，招待你的至亲好友吧！

作者介绍:

辜惠雪，走进惠雪老师家厨房，专业的厨具设备让人瞠目结舌，看着她轻松地完成桑椹酸奶乳，一边请大家喝，一边说着与烘焙邂逅的故事：由于对西点热忱，只因听说朋友认识一位职训局烘焙教师，就跑去按对方工作室的门铃，希望能收她当学生；但对方因工作忙碌并无此打算，不死心的她只要求能在工作室帮忙也顺便学习，不支薪也没有学费，逐渐精彩。几个月后她一举考取烘焙丙级执照，在自家开起了小小工作室，为社区及学校制作茶会点心。除了烘焙外，她还不断学习各种餐饮相关课程，原本只是家庭主妇的惠雪老师，因为很喜欢待在厨房，而有了更丰富的人生。

惠雪老师曾担任社区妈妈教室的烹饪教师，目前地杨桃烹饪学校担任料理讲师，亦不定斯于快乐厨房杂志及其他杂志发表美食专题，出版的处女作就是向火红的太阳下战帖，教大家利用当季的水果、清凉的汽泡水与浪漫的花草组合变化，端出一杯杯不含咖啡因的健康凉饮，然后在热气蒸发的午后，舒服的喝一杯让身心舒畅的凉饮，轻松度过夏季的每一天。

目录: 导读

一 营造惊喜的健康国度 活力水果篇

- 1 百汇鲜果冰茶
- 2 西瓜漾漾红
- 3 酪梨布丁果汁
- 4 桑椹酸奶乳
- 5 苹果雪露
- 6 芦荟苹果醋
- 7 山药奇异果酸奶
- 8 哈密瓜奶昔
- 9 草莓可尔必思
- 10 蕃茄梅子冰砂
- 11 芒果椰汁奶

.....

二 摇荡消暑的清凉国度 沁凉气泡篇

.....

三 打造优雅的梦幻国度 浪漫花草篇

.....

• • • • • ([收起](#))

[吃素最美丽_下载链接1](#)

标签

美食

生活

食谱

饮食

饮品

生活实用

图书

菜谱

评论

感觉各种水果做起来都差不多呢。

看的是《吃素最美丽》，又是真素假荤，絮烦。

咖啡馆轻食也是这个ISBN...

暑假试试

没几个好喝的！

当时觉得这种书挺有趣又时髦的

這也能出一本書...

不错，饮品就是成本有点高。

买这本书的原因是便宜。

[吃素最美丽 下载链接1](#)

书评

[吃素最美丽 下载链接1](#)