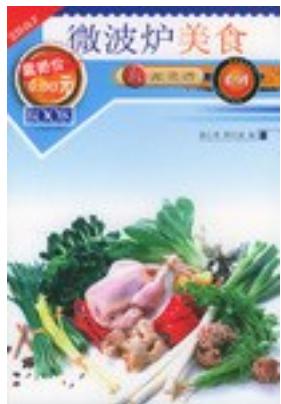


微波炉美食



[微波炉美食 下载链接1](#)

著者:蓝心雨

出版者:广东旅游出版社

出版时间:2002-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787805215907

微波炉是科技时代迅速发展起来的新型厨房电器，微波烹调更是烹饪技术的一大变革。它的最大特点是快速、干净、简单、节能、安全，同时又能做炒、烧、煮、炖、烤、煎、蒸等多种烹调。本书不仅提供了正确的微波炉使用基本知识，更详尽地介绍使用微波炉煮制肉食类、水产类、禽蛋类、蔬菜类、米面类、点心甜食类、汤和饮料类共300多道菜肴的方法。希望籍此书，让微波炉烹调给你的日常生活带来意想不到的便利和乐趣。

作者介绍:

目录: 一、米面汤羹

1 腊味糯米饭

2 家常炒饭

.....

二、肉食小产

1 滑溜肉片

2 红烧羊肉

.....

三、蔬菜禽蛋豆制品

1 炒土豆

2 洋葱银芽

.....

四、糕点甜品饮料

1 发糕

2 菜肉馄饨

.....

微波炉烹调须知

彩页插图

1 蟹肉韭菜煎蛋

2 四色素菜

.....

• • • • • (收起)

[微波炉美食 下载链接1](#)

标签

生活

方法论

效率

评论

[微波炉美食 下载链接1](#)

书评

[微波炉美食_下载链接1](#)