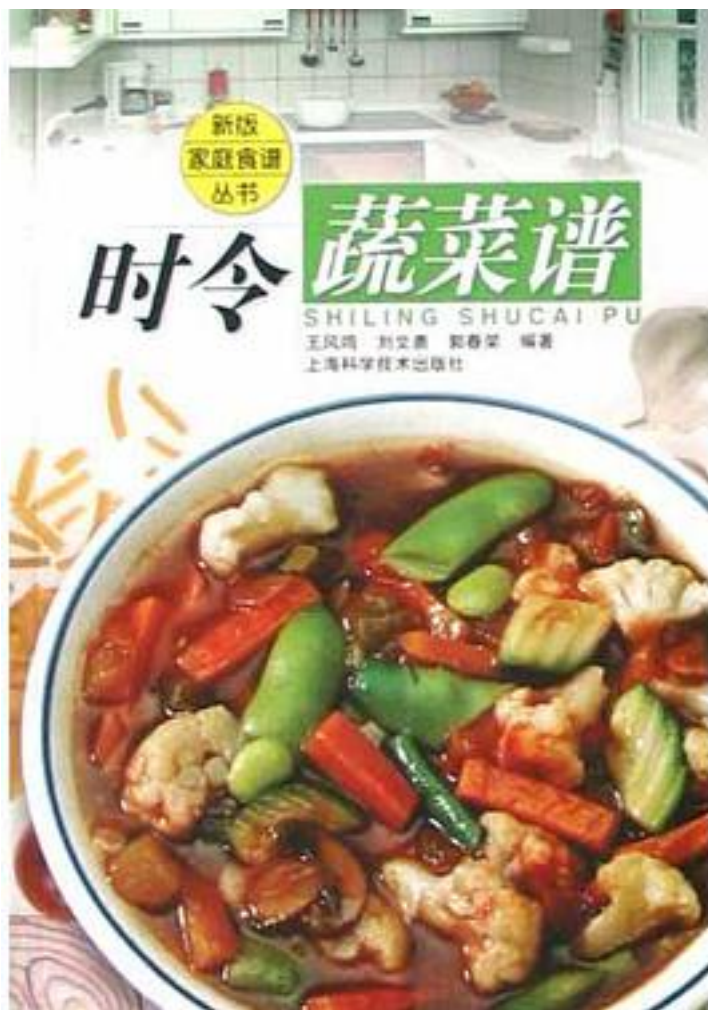


时令蔬菜谱



[时令蔬菜谱_下载链接1](#)

著者:王凤鸣

出版者:上海科学技术出版社

出版时间:2004-11-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787532377039

蔬菜在日常饮食中必不可少，却往往因为制法单一而使人们对它们失去兴趣，甚至因制

法不当而破坏其所含的营养成分，失去食用价值。本书按蔬菜的上市季节编排介绍了300多种以蔬菜为主料制作的菜肴。其颇有特色的制作方式，不仅简易方便，易于效仿，而且可以将普通蔬菜制作得外型美观、口味独特，并确保其营养成分不受或少受破坏。

作者介绍:

目录: 概述
一 春季菜
1 三丝银芽
2 醋烹绿豆芽
3 绿豆芽炒肉丝
4 韭菜百页丝
5 韭菜炒螺蛳
6 韭菜炒淡菜
.....
二 夏季菜
.....
三 秋季菜
.....
四 冬季菜
.....
· · · · · (收起)

[时令蔬菜谱_下载链接1](#)

标签

食谱

评论

erujkr

[时令蔬菜谱_下载链接1](#)

[时令蔬菜谱_下载链接1](#)