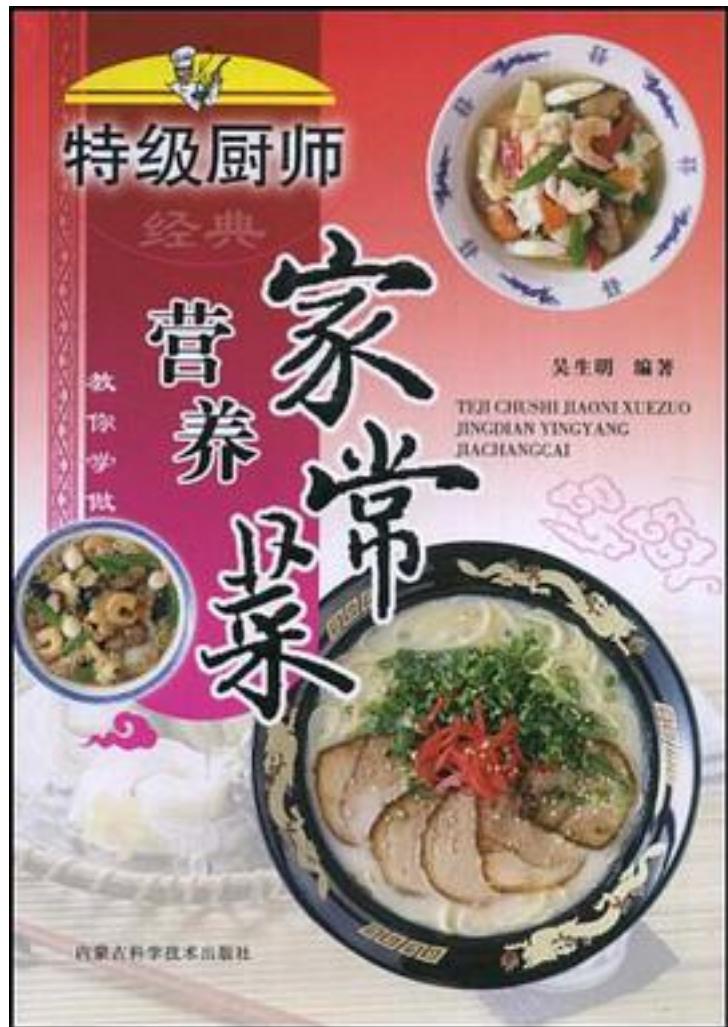


特级厨师教你学做



[特级厨师教你学做 下载链接1](#)

著者:吴生明

出版者:内蒙古科技出版社

出版时间:2005-2

装帧:

isbn:9787538013245

《经典营养家常菜:特级厨师教你学做》根据四季气候变化及不同季节人体所需的营养

, 在有针对性地介绍了几百道常吃、易做家常菜的原料配制、烹调方法的同时, 还详述了每一道菜的特点、营养、功效等。

随着社会经济的发展和生活水平的提高, 人们越来越关注自身的营养、健康问题, 各种保健品、营养品备受青睐, 人们都在想办法吃出健康来。不过, 我们每天吃得最多的不是那些花高价买来的保健品和营养品, 而是不可缺少的一日三餐。现在我们不再为那“无米之炊”而担忧, 而是为怎样才能吃得可口, 怎样才能吃出健康而发愁。

作者介绍:

目录:

[特级厨师教你学做](#) [下载链接1](#)

标签

评论

---

[特级厨师教你学做](#) [下载链接1](#)

书评

---

[特级厨师教你学做](#) [下载链接1](#)