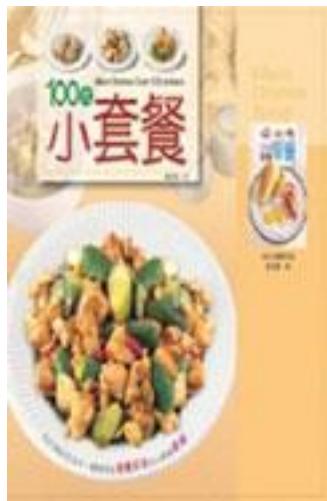


100元小套餐



[100元小套餐 下载链接1](#)

著者:蕭宗隆

出版者:生活品味

出版时间:20041001

装帧:

isbn:9789867789822

在忙碌的生活下，能在家好好吃一頓飯是一大享受，但是我們時常為了「今天吃什麼？」而傷透腦筋，要怎樣規劃食材採買及搭配方式，輕鬆做出二菜一湯的美味料理？為解決這些擾人的問題，本書將提供讀者如何掌握「二菜一湯」的料理訣竅。

書中特別示範以100元預算規劃二菜一湯的配菜技巧與烹調祕訣，內容有香濃的沙茶雞腿、鮮美甘甜的味噌魚、香辣誘人的紅油雞絲、酸酸甜甜的糖醋排骨、清澈味鮮的筍筍蛤蜊湯等40多道美味又可口的組合套餐，提供您在家可以天天自由變化菜色。

每道菜除了詳細解說製作步驟，及食材採買處理訣竅之外，還標示了材料費預算和食物熱量表，教您吃的營養美味又健康。

作者介绍:

目录:

[100元小套餐 下载链接1](#)

标签

评论

[100元小套餐 下载链接1](#)

书评

[100元小套餐 下载链接1](#)