

食品的調理與營養計算



[食品的調理與營養計算_下载链接1](#)

著者:家庭料理研究小組，譯／李妙霜

出版者:笛藤

出版时间:20050401

装帧:

isbn:97895771104359

料理乃健康之源、數據為推理之源。你知道嗎？量杯、計量匙下食品重量與熱量在烹調前後的變化，是有差異的。本書全彩圖片，詳列你一定要知道的各種食材烹調前後之差異數據及重要貼心資訊，使您可以培養出對食品的選擇眼光與烹調觀察力，掌握全家的飲食健康，做個最精明的烹調把關者！

作者介绍:

目录:

[食品的調理與營養計算_下载链接1](#)

标签

评论

[食品的調理與營養計算_下载链接1](#)

书评

[食品的調理與營養計算_下载链接1](#)