

# 美人水嫩瘦身料理



[美人水嫩瘦身料理\\_下载链接1](#)

著者:天天厨房节目组

出版者:上海文化出版社

出版时间:2005-8

装帧:简装本

isbn:9787806468463

五年了,《天天厨房》作为上海生活时尚频道的品牌栏目,总播出量已超过1000期。

不经意间,主持人阿彦、小美“秀厨艺”知名于沪上,成了技艺超群的“家中大厨”。这不是虚言,这些年来,主持人已料理过1000多道不同风格、不同类型、不同功能的菜肴。

2005年《天天厨房》推出专题型节目,先后播出了“过年的味道”、“春色春意·春之味”、“美味蒸滋味”、“温馨新煮义”、“少儿成长·健康新营养”、“夏之清凉·舒心好滋味”、“佳人有约·美丽新食尚”、“韩国料理教室”等,这样的方式颇家观众欢迎,时有不俗的收视表现。

作为配套的图书，亦随电视节目变化，做成了专题系列丛书，每道菜后还增添了电视中无法表现诸如营养成分分析等板块，严谨而不失活泼。

《三口这家温馨套餐》采用“两菜一汤”的组合搭配方式，推出20套适合年轻家庭制作的简单又营养的烹饪套餐。

《儿童成长营养食谱》针对3-12岁儿童身体与智力发育要求，设计了60款各有针对的营养菜式。

《美人水嫩瘦身料理》告诉爱美女士如何正确饮食，通过60道简单好做的料理把自己变成一个肌肤水嫩、身材窈窕的美人。

形式变化多样，节目常办常新，但理念始终如一，那就是快乐地做菜，健康地生活，有滋有味地品味人生。

天天厨房，家的味道。

作者介绍:

目录:

[美人水嫩瘦身料理\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[美人水嫩瘦身料理\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[美人水嫩瘦身料理 下载链接1](#)