

懒人也炖补/时尚美食系列



[懒人也炖补/时尚美食系列_下载链接1](#)

著者:林秋香

出版者:第1版 (2006年1月1日)

出版时间:2006-1

装帧:平装

isbn:9787501951635

对于工作繁忙的现代都市人来说，要想兼顾健康美味与轻松快捷，最重要的就是掌握“偷懒”的料理技巧。“懒人”系列正是为现代人量身定做的、烹制方法简便又快速、省时又省事的食谱。内容从食材选择、基本技能到炒制秘诀等，所有菜式调理方便、口味多元化，教会读者用最偷懒的方式，烹调出最营养的好味道。书中更有健康与窍门等要点提示，即使是厨房新手也能轻松完成地道美味。

作者介绍:

目录:

[懒人也炖补/时尚美食系列_下载链接1](#)

标签

美食

评论

其实吧。。。不就是乱炖嘛。。。各种食材，有的没的。。。放锅里一起煮。。。

[懒人也炖补/时尚美食系列_下载链接1](#)

书评

[懒人也炖补/时尚美食系列_下载链接1](#)