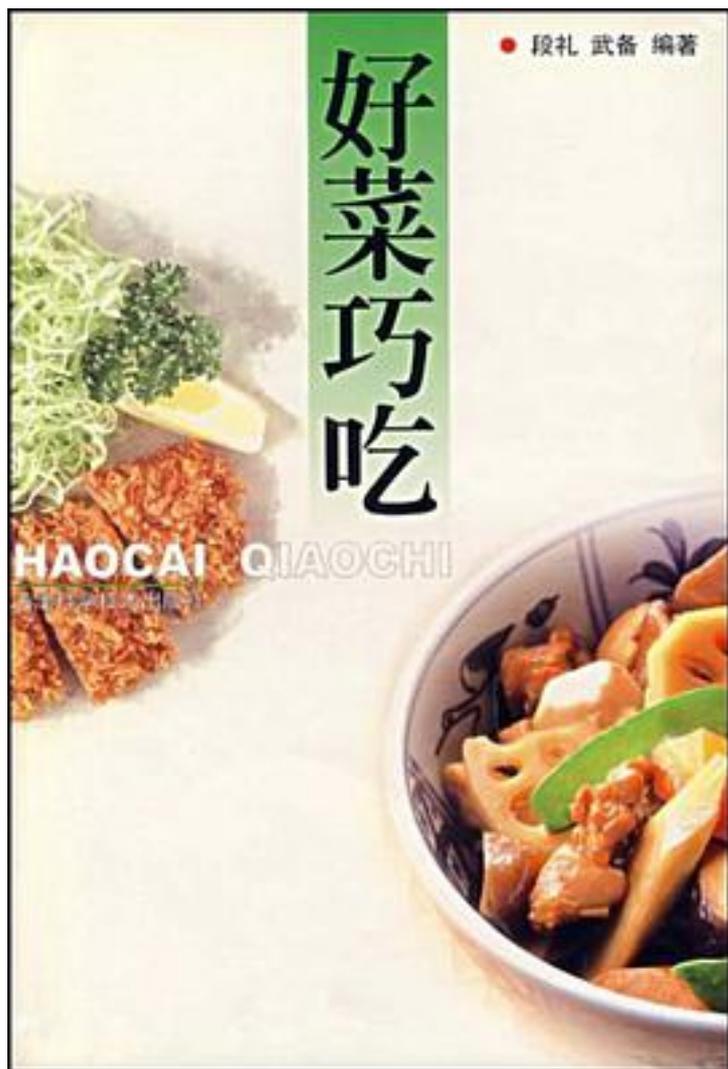


好菜巧吃



[好菜巧吃_下载链接1](#)

著者:段礼

出版者:天津科学技术出版社

出版时间:2005-7

装帧:

isbn:9787530838129

吃菜，我们一天三餐不可少，家家必吃，人人能做，但要把家常蔬菜烧成美味可口的佳肴，其中却有很多学问。比如把同一种蔬菜交给技术水平不同的两个人去做，做出来的菜肴就可能有天壤之别。就拿土豆来说，它在北方是千家万户的“当家菜”。不少人家由于不谙烹调技术，天天都是炖土豆、炒土豆，不但品种单调，而且口味不佳，这就很难引起人们的食欲。如果掌握了烹饪技术，就会制作出花色品种多样，而且色香味形俱佳的菜肴。为了满足人们生活的需要，我们特推出了《好菜巧吃》一书。

《好菜巧吃》分为根茎菜、瓜果菜、花叶菜、菌类菜四部分。编者在编写过程中，从人们饮食习惯、食品结构的情况和当前大多数人生活水平实际需要出发，凡是饮食生活中常见的蔬菜品种，绝大部分都被搜集进去，以丰富餐桌内容，满足大家口味要求。书中共收集了48种蔬菜，分别介绍了各种蔬菜的名称、别名、起源、营养价值、药用价值和保健功能，并且还以蔬菜烹调为主线，专门介绍了各种蔬菜的选购技巧、食用禁忌、烹调方法及烹饪实例。

作者介绍:

目录:

[好菜巧吃_下载链接1](#)

标签

评论

[好菜巧吃_下载链接1](#)

书评

[好菜巧吃_下载链接1](#)