

# 家常粥



[家常粥\\_下载链接1](#)

著者:夏金龙

出版者:吉林科学技术出版社

出版时间:2006-12

装帧:简装本

isbn:9787538433784

简介

居家过日子，吃饭是个大问题，隔三差五来个特色家常菜，那小日子便多了几分滋润。本书所选小菜佳肴取材容易、制作简单、彩色菜例、步步详解、图文对应，视觉与味觉并重，美味与健康兼具，让你快速成为厨房高手！每日奏几下“厨房进行曲”，家人便多了几分情趣与健康。

作者简介

夏金龙，中国烹饪大师，国家高级烹饪技师，吉林省烹饪协会名厨专业委员会副秘书长，国际东方药膳食疗学会常务理事，吉林省养生保健协会药膳专业委员会副秘书长。2003年被“中国餐饮研究院”、“中国餐饮管理学院”、“华夏美食”杂志社评为中国十大最有发展潜力年轻厨师。2004-2005年中国长春净月潭冰雪旅游节暨瓦萨国际越野滑雪节“关东美食年会”被聘为评委会秘书长。曾编写《快手食谱》系列丛书，有数十种作品在《东方美食》、《中华美食》等杂志及报刊上发表。

编辑推荐

- 第一章 益气理血
- 第二章 润肺清热
- 第三章 补心安神
- 第四章 强身润脏
- 第五章 补肾壮阳
- 第六章 滋阴润燥
- 第七章 健脾益胃

作者介绍:

目录:

[家常粥\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[家常粥\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[家常粥\\_下载链接1](#)