

百变营养鸡鱼1000样



[百变营养鸡鱼1000样_下载链接1](#)

著者:家庭书架编委会

出版者:北京出版

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787200066920

好营养：本书所选菜肴，均经过营养专家的精心挑选，不但包含鸡、鱼自身所具备的营养成分，而且在原料的选择和搭配上也独具匠心，力求将丰富的营养元素“一‘碗’打

尽”。

好滋味：本书所选菜肴，均是美食专家大力推荐的上品佳肴。鲜香味醇，色泽诱人，定会给您带来全新的独特享受。

经济实惠：本书所选菜肴，用料简单、购买方便，且每种菜肴的成本均不超过10元钱，让您买的舒心，吃的安心。

千变万化吃不腻：单就数量而言，本书菜肴的种类近1000样，如果搭配起来食用，真可谓“千变万化”！即使您再“善变”，四五年内也不会吃“烦”、吃“腻”！

作者介绍:

目录: 绪论第一篇 鸡第二篇 鱼
· · · · · (收起)

[百变营养鸡鱼1000样_下载链接1](#)

标签

鸡肉

男人下厨房

爱吃肉

巩固厨艺

评论

[百变营养鸡鱼1000样_下载链接1](#)

书评

[百变营养鸡鱼1000样_下载链接1](#)