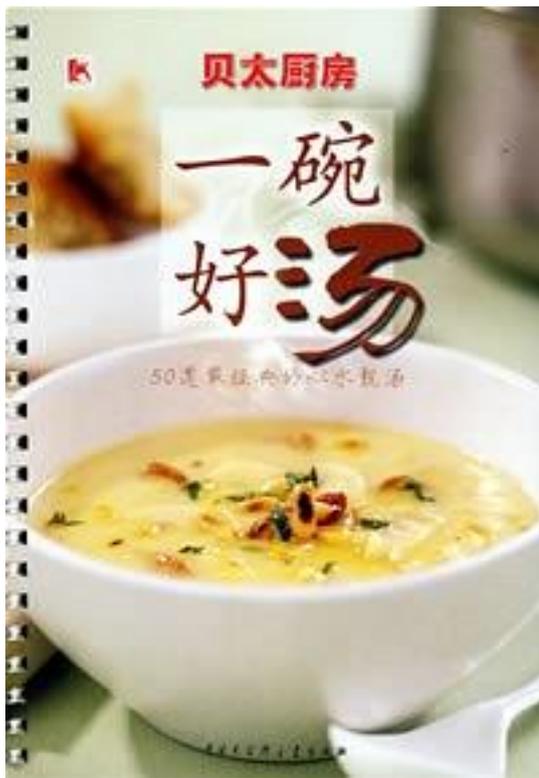


一碗好汤



[一碗好汤_下载链接1](#)

著者:[贝太厨房]工作室

出版者:中国大百科全书出版社

出版时间:2007-03-01

装帧:平装

isbn:9787500076544

本书为你精选了50道最经典的心水靓汤。快汤、煲汤、西式汤，道道好学易做，可口美味、滋补养生，吃肉不如喝汤。本书为从“家常”、“基础”入手，从零开始，为你提供最基础的做法，详细的解析，让你即使初入厨房，凭着一本精美的小书也能轻松调理菜饭汤水，照料好家人的肠胃和身体，尤其为爱美的女性提供了独门靓汤美容大法哦。本书根据不同年龄和性别的特点，分为温情·调养·柔汤，可口·家常·妙汤，暮年·怡养·静汤，阳刚·滋补·好汤，温馨·丽人·靓汤，滴水·点汤·汤水秘籍六部分，更在最后一部分详细介绍了各种锅具的性能，火候、水量要术，调味之法及各种汤料的

功用，可谓细致入微。

作者介绍:

萨巴蒂娜 (Saba)，世界著名美食杂志《贝太厨房》系列图书的主编，中国健康教育协会认证高级营养师。她亲手试做了每一道菜并撰写所有文字，此前畅销的《好吃懒做》《好吃不胖》及《私房女人菜》《亲爱的便当》《厨子的故事》《烘焙时光》《早晚美食计》等都出自她手。

目录:

[一碗好汤_下载链接1](#)

标签

美食

贝太厨房

一碗好汤

菜谱

烹饪

生活

汤

食谱

评论

私房书

爱煲汤呀

步骤还算详细，小贴士也看上去挺管用的。我还没有实践过呢，纸上谈兵绰绰有余啦

看来做汤还是很简单：大体是肉类焯1分钟左右去血腥，菌菇类泡发，放入后，大火烧开，小火1小时或3小时，易熟的料再放入10-20分后出锅。

推荐 优秀的汤品书

09

不错哦，从南方的煲汤到北方的白水汤，种类齐全。

同上

很实用。

相比自己会噶汤水黎讲，本书介绍的未免有点儿“小儿科”

实在！

已经如法炮制了一道汤，不错，加油

对于不会煮汤的人来说，这本算是指导书了。不错。只是有一些没考虑到食物的相制相克的问题。红萝卜不能和白萝卜同煮的问题，都没考虑到。这是参考书，大概看过之后，之后可以尝试着做。

在这套书里算比较实用的。

简单实用。食材都很好买到。心情不好的时候，一碗热汤的关怀总让人心生温暖和幸福

煲汤是一门艺术

还行。但感觉种类好少，里面有几道甜汤，这对我来说。。。不能算作汤。。。。

一般

书很精美，贴心，让人想煲汤。热爱美食，热爱生活。

为心爱的人煲汤吧，在即将到来的冬日

[一碗好汤_下载链接1](#)

书评

人家都说吃饭要先喝汤，尤其是女人，喝汤能够美容养颜，还可以排毒呢？但是想做出爽口的汤确实不容易啊，因为我们也要根据天气以及饮食的习惯来做汤，这本书就写的很详细，图文并茂了。我很喜欢。本文由贝尔地板电子商务部撰写。

再好的书也解救不了懒惰的我。。。神啊！怎样能让我喜欢上厨房？！！
在我被自己活活饿死之前。。。

[一碗好汤 下载链接1](#)