

生鲜超市家常菜



[生鲜超市家常菜_下载链接1](#)

著者:张奔腾

出版者:吉林科学技术出版社

出版时间:2007-8

装帧:平装

isbn:9787538435047

中国第一本与超市原料部位细化同步的家常食谱。本书教您认识生鲜超市，掌握采购窍门，了解处理方法，熟练烹饪技能，并针对超市常见的156种细化原料，推荐了548款经济实用，营养健康的家常美食。您可在每次逛超市之前在书中找出自己想要学做的菜肴再依据食谱所提示的原料品种及用量，列出适当的采购清单，如此进入超市才能有的放矢，精挑细选，把所用的原料买齐，既节省时间、精力又不致超出预算，轻松愉快地在家享受烹饪的乐趣。

作者介绍:

目录:

[生鲜超市家常菜 下载链接1](#)

标签

评论

[生鲜超市家常菜 下载链接1](#)

书评

[生鲜超市家常菜 下载链接1](#)