

精编家常菜



[精编家常菜 下载链接1](#)

著者:张奔腾 编

出版者:吉林科技

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787538435566

营养健康，菜点交融，家常易铸，南北皆宜。

中国著名烹饪大师、营养专家精心打造。

集采购指南、营养指南、烹饪指南于一身的实用家庭烹饪手册。

原料细化成菜，简便速查。

本书力求迎合大众的需求，在原料选购、营养功效、烹调技法、最佳搭配等诸多方面力求一个“新”字，突出家常菜的好吃、营养、易做。

形式编排以细化原料作为分类，速查简便，以顺应快节奏的现代生活。

内容以家常菜为主，将科学膳食理念融入菜谱之中，为家庭生活设计最佳的饮食方案。

作者介绍:

目录:

[精编家常菜_下载链接1](#)

标签

贤妇必读

生活

评论

[精编家常菜_下载链接1](#)

书评

[精编家常菜 下载链接1](#)