

# 豆类营养菜



[豆类营养菜 下载链接1](#)

著者:《不记不背做美食》

出版者:气象

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787502945343

《不记不背做美食:豆类营养菜》为“手撕菜谱丛书”之一，图文并茂地介绍了干煸牛肉末扁豆、肉末四季豆、香辣四季豆、姜汁豇豆、素炒豇豆、番茄拌豆腐、小葱拌豆腐、青椒炒腐竹等豆类营养菜的制作方法。谁说懒人学不会做饭？不用记，不用背，简单！谁说照菜谱做饭麻烦？撕下来，贴上去，方便！

作者介绍:

目录:

《手撕菜谱》使用说明干煸牛肉末扁豆肉末四季豆香辣四季豆姜汁豇豆素炒豇豆番茄拌豆腐小葱拌豆腐青椒炒腐竹素炒黄豆芽黄豆炖猪脚蒜香蚕豆鱼香青豆韭菜炒绿豆芽青椒毛豆五香大芸豆飘香四季豆油豆腐炒油菜什锦烧豌豆虾仁炒豌豆肉末炒黄豆雪里蕻炒焖黄豆蚕豆烧熏干青豆烧茄子五香辣毛豆刀豆烧土豆五香豆腐干韭菜清拌扁豆红绕扁豆三蔬豇豆鸡丝炒豇豆巧手炒豆渣麻辣冻豆腐豌豆菜花鱼香豌豆香菇炒豌豆苗鸡油笋豆蚕豆素虾仁鲜蘑炒青豆绿豆芽拌粉皮

• • • • • [\(收起\)](#)

[豆类营养菜\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[豆类营养菜\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[豆类营养菜\\_下载链接1](#)