

•海鲜养生馆•

科学
知识

海参 海胆

营养
食疗

隋锡林
王翠清著
张明



[海鲜养生馆 下载链接1](#)

著者:高绪生

出版者:海洋

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787502770723

《海鲜养生馆·贝》主要内容：随着长途运输业的快速发展，我国内地市场上鲜活贝类

的品种越来越丰富，少数高档饭店经营的美味贝类产品如今端上了寻常百姓家的菜桌。贝类的营养成分、烹制方法、食用禁忌成为人们越来越关心的问题。《海鲜养生馆·贝》就是为了满足社会需求所特地编写的，希望能解答人们的疑问，对人们有所帮助。

作者介绍：

目录: 贝类海鲜秀 常见的贝类海鲜有“贝” 无患 健康“贝” 增高蛋白, 低脂肪 氨基酸
微量元素 维生素 贝类的生理活性物质 不饱和脂肪酸 有益胆固醇
吃贝益处多加工“贝” 忘录 什么是贝类加工制品? 贝类干制品 盐渍品与酒精渍品
贝类的冷冻加工品 贝类的深加工 贝类干制品的涨发食贝ABC 怎样挑选新鲜贝类
贝类海鲜不宜生吃 高温季节慎吃贝类 远离污染水域的贝类 不新鲜的贝类不要吃
不要吃冷海鲜 海螺“脑子” 不要吃 贝类饮食紫忌 贝类海鲜的保鲜 吃贝类的季节
野生贝类与人工养殖贝类 红肉贝与白肉贝 哪些人应慎食海鲜 烹调对海洋营养的影响
海鲜烧烤应少吃餐桌上的宝“贝” 鲍鱼风味菜 扇贝风味菜 文蛤风味菜 牡蛎风味菜
海螺风味菜 其他贝类风味菜
· · · · · (收起)

[海鲜养生馆 下载链接1](#)

标签

企业

评论

[海鲜养生馆 下载链接1](#)

书评

[海鲜养生馆 下载链接1](#)