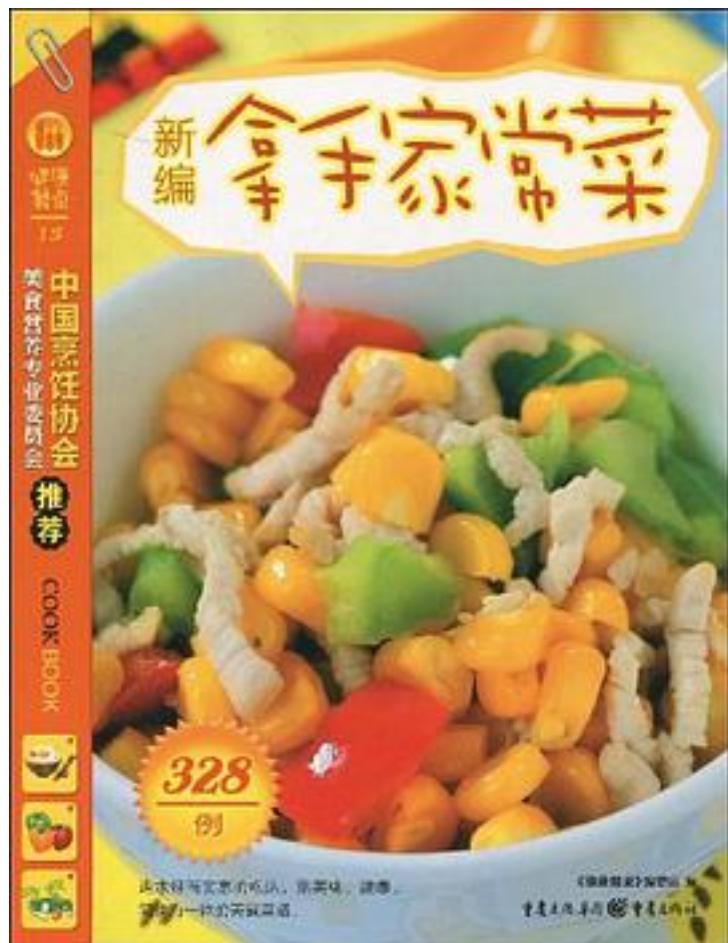


新编拿手家常菜328例



[新编拿手家常菜328例 下载链接1](#)

著者:

出版者:重庆出版社

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787229003289

《健康餐桌13:新编拿手家常菜328例》主要内容：如果您经常为每天做什么菜而烦恼，为不知如何搭配营养而困惑，不妨看看这套由美食营养专家精心指导及推荐的《健康餐桌》系列丛书。《健康餐桌》系列丛书，精选的菜谱很有特色，一是所选多为全国普及

率最高、深受大众喜爱的菜肴；二是将最简单易行的烹饪技巧与最经济营养的食材组合起来，适合普通老百姓居家使用；三是美味与营养结合紧密，既满足味蕾又有益健康。特别注重介绍实用的基本饮食保健常识，面向大众的同时，也是照到了孕产妇、婴幼儿，高血压、高血脂、高血糖等特定人群。

书中精挑细选数百例家常菜肴，且特色鲜明。老菜新做，新菜巧做，南北皆宜，图文并茂，简单易学，经典实用。

作者介绍：

目录：

[新编拿手家常菜328例](#) [下载链接1](#)

标签

饮食

评论

看上去好象还蛮简单的.可以试试看.

[新编拿手家常菜328例](#) [下载链接1](#)

书评

[新编拿手家常菜328例](#) [下载链接1](#)