

家常营养小炒



[家常营养小炒 下载链接1](#)

著者:金彪

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787538440591

《家常营养小炒》可以帮助您一次性地快速入门。更有丰富多样的家常菜式，足以让您

天天都有拿手菜上桌，轻松成为小炒高手。烹饪大师精选南北风味菜品500道，7大类主料分类更具体，查找菜肴更方便，图解2~3个关键步骤，看图跟做更简单，内容丰富实用，完全图解即学即会，精析菜品营养功效，吃出营养与健康。

家常烹调三十六技，旺火快炒最为普及，炒菜最能体现中式菜肴“色、香、味、形”的诱人特质。中国老百姓的餐桌上，不论何时，素不炒、肉小炒、荤素搭配炒，都必不可少。畜肉、禽肉怎样炒得诱人可口、水产怎样炒得鲜美营养、青菜怎样炒得新鲜艳。

作者介绍:

目录:

[家常营养小炒](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[家常营养小炒](#) [下载链接1](#)

书评

[家常营养小炒](#) [下载链接1](#)