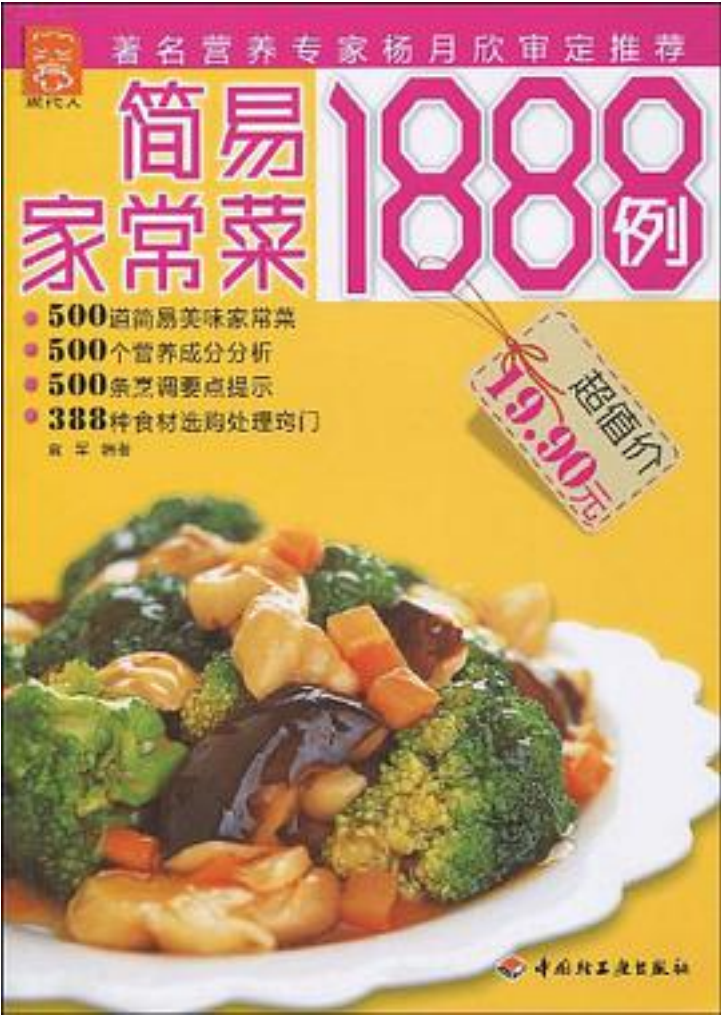


简易家常菜1888例



[简易家常菜1888例_下载链接1](#)

著者:袁军

出版者:轻工

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787501970964

《简易家常菜1888例》 内容简介：500道简瘍易美味家常菜，500个营养成分分析，500

条烹调要点提示，388种食材选购处理窍门，为你提供美味的家常菜式，给你的健康饮食保驾护航。

作者介绍:

目录: PART 1 做好家常菜 食材巧选购 食材巧保存 食材巧处理 食材巧烹调PART 2 凉菜
素菜 姜末拌莴笋 甘笋拌青笋 凉拌莴笋叶 糖拌双丝 糖醋胡萝卜 话梅小萝卜 凉拌白菜心
拌老虎菜 姜汁菠菜 蛋皮包菠菜 拌洋葱头 炆拌香辣土豆丝 凉拌三片 蒜茄子 松仁拌茭白
芝麻酱三丝 拌苦瓜 蓑衣黄瓜 酸辣瓜条 芝麻酱拌黄瓜 香辣藕片 酸梅冬瓜球 酸辣西瓜皮
拌紫甘蓝 白兰地水果沙拉 水果山药 桂花山药 青椒皮蛋 ……PART 3 热菜PART 4
汤粥PART 5 主食
· · · · · (收起)

[简易家常菜1888例_下载链接1](#)

标签

评论

[简易家常菜1888例_下载链接1](#)

书评

[简易家常菜1888例_下载链接1](#)