

# 元氣健康美食—精選家常素食100道



[元氣健康美食—精選家常素食100道 下载链接1](#)

著者:人间卫视

出版者:如何

出版时间:2003-10-1

装帧:平装

isbn:9789576079665

收錄根莖類、根莖類、瓜果類、特色地方菜等4大類，共計一百道家常美味素食，全都簡單易做，三～五個步驟即可完成！

另有節令蔬果、食材營養檔案、選購小祕訣、烹調技巧，讓你掌握所有素食料理情報！

作者介绍:

星雲大師秉持著真善美的理念，在1998年創立了佛光衛視，默默耕耘四個年頭後，在2

002年10月起更名為人間衛視，以「年輕化. 教育化. 國際化. 公益化」為願景，謹慎用心的製作優質節目，期望傳播更多祥和歡喜的種子，帶給社會平安喜樂。

其中，人間衛視的「元氣健康美食」以輕鬆趣味的方式，將自然、衛生與安全的烹調觀念帶給消費者，並邀請生機飲食專家、中醫師、營養師等專業人士於節目中教學示範，內容豐富多元，包含養生、美容、食療小偏方、素食小點心、便當及飲品等，是最受歡迎的素食烹調節目。

目录:

[元氣健康美食一精選家常素食100道 下载链接1](#)

标签

素食

美食

星云大师

台湾

评论

[元氣健康美食一精選家常素食100道 下载链接1](#)

书评

[元氣健康美食一精選家常素食100道 下载链接1](#)