最受欢迎的凉拌菜



作者: 陈连生主编

出版社: 沈阳: 辽宁科学技术出版社

出版日期: 2012.11

总页数: 191

介绍:凉拌菜是美食中不可或缺的一部分,凉拌菜不仅爽口、易于制作,而且能最大限度地保存蔬菜的营养,更加绿色健康。在生活节奏日益加快的今天,来一盘制作简便而又美味清爽的凉拌菜,不失为一种极好的选择。本书从实际生活出发,首先介绍了凉拌菜的特点、烹制方法及操作要点等,并根据普通大众的常用食材,按素菜、肉类、水产等分类介绍原料相关的营养知识、烹饪窍门,并配以多道菜例,读者可以一目了然地了解食物的食疗作用及制作要点,此书可操作性强,将家常凉拌菜一网打尽,能让读者在最短的时间内做好一道营养、爽口、开胃的家常凉菜。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13083813.html) 查找全本阅读方式

最受欢迎的凉拌菜 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13083813.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13083813.html

书名: 最受欢迎的凉拌菜