

常用食材安全使用宝典



作者：张恩来主编

出版社：长春：吉林科学技术出版社

出版日期：2009.01

总页数：390

介绍：《常用食材安全使用宝典》是一本从食材安全角度出发，让您轻松了解食材相关知识的益友。本书选取日常生活中比较常见的食材，分为蔬菜食用菌、畜肉、禽蛋豆制品、水产、米面杂粮五个部分。书中用简洁的文字，不仅介绍了180种食材的性味、适宜人群、营养成分等常识性知识，还重点为读者讲解了各种食材的食疗功效，食材如何搭配才营养，而不当的食材搭配会对身体造成怎样的伤害等等，另外，书中还为读者解答了食材如何烹调才能更好地发挥其营养价值，食材的安全选购和贮藏，食材的食疗秘方等经常遇到的问题，使您从中得到有益的启迪。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12165441.html>）查找全本阅读方式

常用食材安全使用宝典 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12165441.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12165441.html>

书名：常用食材安全使用宝典