

健康家常菜 新编营养小炒1388例



作者：健康家常编委会编

出版社：北京：中国轻工业出版社

出版日期：2009.07

总页数：287

介绍：您最喜欢吃什么菜？本书精心挑选了最家常、最好吃的各类营养炒菜，分为畜肉、禽蛋、时蔬、菌豆、水产、米面等六个部分，推荐经典好菜的同时，还特别辟出板块介绍小炒的基本知识、各种食材处理的基本刀法、炒菜美味小秘诀、如何留住更多的营养等内容。在这里，读者不仅能学到如何烹制美味，更能了解到让家常炒菜更营养的方法，可谓一举两得。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12269817.html>）查找全本阅读方式

健康家常菜 新编营养小炒1388例 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12269817.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12269817.html>

书名：健康家常菜 新编营养小炒1388例