

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