

41道健康素食轻松煮



作者：慈济志工团队著

出版社：上海：复旦大学出版社

出版日期：2014.04

总页数：107

介绍：《41道健康素食轻松煮》是一部素食菜谱。本书共分两个部分——食材篇与食谱篇。食材篇介绍素食食材的制作以及营养价值，比如天然谷物食材，富含高度营养价值的植物作物。食谱篇将41道料理分成四类：米饭类、蔬食面、谷香好点心与经典主菜好汤品。每一道料理包括：食材、调味料、作法、小窍门、主厨分享等，料理背后都蕴含着环保志愿者们希望推动环保素食的善念与美意。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13523907.html>）查找全本阅读方式

41道健康素食轻松煮 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13523907.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13523907.html>

书名：41道健康素食轻松煮