

《降压菜100》

图书基本信息

书名：《降压菜100》

13位ISBN编号：9787802206724

10位ISBN编号：7802206723

出版时间：2010-1

出版社：品质生活工作室 中国画报出版社 (2010-01出版)

作者：品质生活工作室

页数：95

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《降压菜100》

内容概要

《降压菜100:大厨家里的功能菜》是百味营养美味系列之一，《降压菜100:大厨家里的功能菜》精选100道经典菜肴，全面解析制作过程、食用方法与食疗功效，爱心叮咛呵护您的包含健康与安全，拓展阅读食材选购、清廷、保存、烹饪小窍门。

《降压菜100》

书籍目录

三豆粥虾仁炒芹菜鸡蛋玉米羹香油芹菠菜番茄烧菜花大枣芹菜汤虾皮芹菜粥鲜玉米饭团醋豆番茄炒山药香菇粥冬瓜银耳羹香菇烧二冬蒸灵芝蜜桃番茄炒鱼片香菇酥桃仁青椒豆腐丝番茄海带汤番茄烧豆腐炒香菇荸荠西芹苹果虾仁沙拉菠菜拌海蜇头香菇炖鸡腿冬瓜粥菠菜麻油拌粉丝拌菠菜冬瓜绿豆保健汤香菇炒松仁山楂炒绿豆芽绿豆海带粥麦芽山楂番茄冬瓜汤芫荽冬瓜木耳汤苹果菠菜汁山楂玉米须汤山楂鱿鱼卷鲤鱼山楂鸡蛋羹养血润燥桃果酱煎西瓜瓤饼蜇皮荸荠汤豆沙香蕉海蜇皮拌芹菜双耳拌海蜇海蜇荸荠芹菜汤太子参海蜇汤蒜泥白肉豆腐冬瓜鳊鱼头汤豌豆苗蛤蜊汤清汤竹荪蘑菇粥荸荠豆浆芹菜山楂粥凉拌双耳蒜蓉菜花银耳炒菠菜双耳茶蒸茄子香辣茭白香菇炒黄花菜鲍鱼汤木耳烧腐竹青菜降压粥芹菜荸荠炒肉丝海带豆芽汤芹菜大枣汤鲜芹菜汁香蕉粥海参烧木耳鲍鱼杜仲炖水鸭油菜虾仁白菜荸荠汁鲜柠檬荸荠水胡萝卜炒木耳蒜蓉茼蒿金针菇炒双耳茄子肉末粥洋葱炒牛肉洋参雪羹汤桑葚大枣饮胡萝卜拌菠菜金针菇拌黄瓜蒸香菇鲫鱼黑米党参山楂粥须蕉栀水菠菜拌蛋皮浸醋花生米杏菊饮洋葱烧香菇大蒜海参粥浸汁菠萝薏苡仁山楂红豆粥鱼香油菜白萝卜海带汤酸辣胡萝卜丝凉拌洋葱鸡丝烩青豆茼蒿豆腐芦笋烧虾仁黄瓜拌猪耳

章节摘录

插图：

《降压菜100》

精彩短评

- 1、真有口福
- 2、家里老人喜欢
- 3、全彩印刷，纸张光滑
- 4、大厨家里的功能菜100：降压菜
- 5、降压菜:
- 6、平时没事的时候经常翻来看看，很好
- 7、很齐全的食谱，养生从平常饮食开始

《降压菜100》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com