

《肉禽蛋》

图书基本信息

书名：《肉禽蛋》

13位ISBN编号：9787501947478

10位ISBN编号：7501947473

出版时间：2005-2-1

出版社：中国轻工业出版社

作者：北京瑞雅文化传播有限公司,北京瑞雅文化传播有限公司

页数：96

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

《肉禽蛋》

内容概要

告别谈肉色变的日子；吃肉不误瘦身；小厨房里有大学问；12种肉禽蛋做出桌上美味；34道佳肴打造活力人生

。主要内容包括：我们要不要谈肉色变、减肥与吃肉3绝招、关于肉禽蛋Q&A、小厨房里的大学问、学问词典等等。

书籍目录

我们要不要谈肉色变

减肥与吃肉3绝招

关于肉禽蛋Q&A

小厨房里的大学问

学问词典

一 猪肉 肉鲜味美的旧友新识

二 牛肉 聪智补血的桌上英雄

三 羊肉 涮出来的冬日风情

四 兔肉 三低三高保健肉

五 鸡肉 没有颜色的健康

.....

附录1 肉类矿物质对比表

附录2 禽类矿物质对比表

附录3 蛋奶类矿物质对比表

《肉禽蛋》

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