

# 《常见病食疗保健菜精华》

## 图书基本信息

书名：《常见病食疗保健菜精华》

13位ISBN编号：9787538014419

10位ISBN编号：7538014411

出版时间：2006-6

出版社：内蒙古科学技术出版社

作者：吴杰、吴昊然/国别：中国大陆

页数：71

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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《常见病食疗保健菜精华》

## 内容概要

常见病食疗保健菜精华，ISBN：9787538014419，作者：吴杰、吴昊然

# 《常见病食疗保健菜精华》

## 作者简介

吴杰，华艺烹饪学校副校长，烹饪讲师，大学毕业，国家特一级烹饪师，中国烹饪职业技能鉴定考评员(国家评委)。曾在全国烹饪大赛中获金牌。多年来专注于饮食文化研究及烹饪教学工作，为全国各地培养出一批优秀烹饪人才，并创新设计了数百例风味菜肴及面点。先后主编出版了《中

# 《常见病食疗保健菜精华》

## 书籍目录

红油鸡丝双珍蒸蛋羹香酥枣泥蛋夹绿意蛋糕条吉利堂熏蛋火爆双片白苕山药龟煲枳壳香菇兔肉葱香猪  
肠烧豆腐香辣芥菜丝辣炒西芹肉片槐米烧肥肠豆腐烧鞭笋田螺炖豆腐三色猪肠回锅肉甘蓝豆扣烧猪肠  
笋姜肉丝猪蹄块炖豆腐扣当归补血鸡辣油海带丝豆泡烧鱼块虎皮咸蛋茄汁荷包蛋蛋皮韭香盒虫草鸭丸  
汤吉利堂蟹柳豆扣吉利堂烧豆腐佛手炒南瓜蜜汁双蔬核桃仁蝎炒肉丝豆皮拌菠菜吉利堂酱肉香酥黑芝麻丸

## 《常见病食疗保健菜精华》

### 章节摘录

书摘原料 海带300克，白菜心100克，辣椒末5克，醋5克，精盐3克，味精、白糖各2克，大蒜油20克。  
操作提示 白菜心要顺切成丝。炸辣椒油时，油温不要过热，以免炸糊。制作步骤 (1)海带、白菜心均切成丝。辣椒末放八容器内。锅内放大蒜油烧热，出锅倒入辣椒末炸香成辣椒油。(2)锅内放入清水烧开，下八海带丝用大火烧开，焯透捞出，投凉捞出，沥净水。(3)白菜心丝放八容器内，加入精盐1克拌匀腌渍5分钟，滗去水分，加入海带丝、醋、味精、白糖、余下的精盐、辣椒油拌匀，装盘即成。 P45

# 《常见病食疗保健菜精华》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)