

《蔬菜精作》

图书基本信息

书名：《蔬菜精作》

13位ISBN编号：9787533716592

10位ISBN编号：7533716590

出版时间：1999-1

出版社：许建田、陈常生 安徽科学技术出版社 (1999-01出版)

页数：74

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

《蔬菜精作》

内容概要

南宋陈玉仁所撰《菌谱》记载了11种菌，并对每一种菌的生时、采时、形状和色味作了较详细的说明，是我国最早的一部菌类专著，这无疑给我们研究菌类蔬菜的烹饪提供了宝贵的历史资料。

菌类蔬菜品种繁多，有香菇、猴菇、木耳、银耳、竹荪、石耳等等，其中有的特具醇香，柔韧滑脆；有的肉质肥厚，软嫩爽润，味道鲜美。且可汤可菜，亦清亦浓，或荤或素，能主能从，任君用之。菌类蔬菜含有丰富的蛋白质、维生素、矿物质、微量元素、多种氨基酸和热量等诸多有益人体健康的营养成分，可降低胆固醇、高血压，能防治癌症及其他疾病，菌类由此而成为蔬菜中的珍品，是日常生活中值得推崇的烹饪原料，难怪爱国诗人陆游赞美道：“可怜龙鹤山中菜，不伴峨眉楸脯来。”“相”即木耳也。..

本书80余例菜品，选用常见易得的菌类蔬菜为原料，依据一般中小酒店和家庭的烹调特点。深入浅出，通俗易懂，图文对照，详示细节，是本人20年烹饪实践的体会，以力求将普通的菌类蔬菜，制作成雅俗共赏、营养多样的美味佳肴。

《蔬菜精作》

书籍目录

．黄山松2．豆腐瓢口蘑3．瓜皮竹荪卷4．芙蓉木耳5．木耳丝扒白玉6．花篮素烩7．蝴蝶上素8．木耳卷豆腐9．秋菊金针10．金针木耳11．什锦通心粉12．菜胆木耳丝13．生菜卷三丝14．木耳丝扒草菇15．洋葱奶油草菇16．雪里蕻口蘑17．金鱼素拼18．上汤竹荪19．花菇猴头20．糖醋菊花冬菇……

章节摘录

插图

《蔬菜精作》

编辑推荐

南宋陈玉仁所撰《菌谱》记载了11种菌，并对每一种菌的生时、采时、形状和色味作了较详细的说明，是我国最早的一部菌类专著，这无疑给我们研究菌类蔬菜的烹饪提供了宝贵的历史资料。菌类蔬菜品种繁多，有香菇、猴菇、木耳、银耳、竹荪、石耳等等，其中有的特具醇香，柔韧滑脆；有的肉质肥厚，软嫩爽润，味道鲜美。且可汤可菜，亦清亦浓，或荤或素，能主能从，任君用之。菌类蔬菜含有丰富的蛋白质、维生素、矿物质、微量元素、多种氨基酸和热量等诸多有益人体健康的营养成分，可降低胆固醇、高血压，能防治癌症及其他疾病，菌类由此而成为蔬菜中的珍品，是日常生活中值得推崇的烹饪原料，难怪爱国诗人陆游赞美道：“可怜龙鹤山中菜，不伴峨眉楫脯来。”“相”即木耳也。本书80余例菜品，选用常见易得的菌类蔬菜为原料，依据一般中小酒店和家庭的烹调特点。深入浅出，通俗易懂，图文对照，详示细节，是本人20年烹饪实践的体会，以力求将普通的菌类蔬菜，制作成雅俗共赏、营养多样的美味佳肴。

《蔬菜精作》

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