

《金牌妈妈家庭厨房》

图书基本信息

书名：《金牌妈妈家庭厨房》

13位ISBN编号：978751321445X

出版时间：2013-7-1

作者：圆融一笑

页数：137

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

《金牌妈妈家庭厨房》

内容概要

《金牌妈妈家庭厨房》将向您娓娓讲述那些有关素食的趣味故事，和您一起探讨那些温和的素食理念。一起倡导素食厨房公开公益活动。无论是想长期坚持，还是想偶尔改变一下饮食，或是想借助素食来减肥、给身体排毒，此书都会给您满意的答案。

《金牌妈妈家庭厨房》将以图文并茂的方式向大众介绍适合妈妈在家里给孩子和家人做的52道素食。同时，每一道素食都配了一首适合朗诵给孩子听的童话诗或者关于儿童饮食的经验文章。

《金牌妈妈家庭厨房》

作者简介

作者简介

80后，自由撰稿人，喜爱传统文化。湖南人，酷爱烹饪，6岁第一次打荷包蛋，9岁开始跟爷爷（乡村厨师）学习厨艺。工作以后仍坚持自己下厨，不吃外卖。

媒体推荐

中国台湾网，鲁北晚报，杭州华语之声电台等媒体都推荐了本书。媒体评论选录：本书既可以作为下厨的工具书，也可以作为悦读的休闲书。照顾身体的口的同时也关照了心灵的饥渴，不失为一本精美的好书。

书籍目录

主菜类

一、土豆丝饼

饥饿过了，才明白蔬食的美味

二、柠汁酸辣土豆丝

清香逼人的柠汁酸辣土豆丝

三、素虾炒藕片

哪吒的身体

四、素炒南瓜片

南瓜灯

五、素麻婆豆腐

人生一大乐事——为怀孕的老婆

准备营养美食

六、豉香豆腐

宝宝多大可以加辅食

七、酸辣豆腐丁

0~1岁宝宝喂养歌诀

八、芹菜炒香干

连蒙带骗培养孩子爱吃水果的好习惯

九、清炒莴笋

定时定量喂养要用到好处

十、美味烧腐竹

给宝宝吃多少零食不算多

十一、白玉翡翠红玛瑙

春天呀，原来是炒出来的

十二、鱼香白菜

小猫也想吃的白菜

十三、木耳炒烤麸

耳朵般的小花朵

十四、清炒黄瓜花

水晶盘里的黄瓜花

十五、蘑菇煨腐竹

金黄的腐竹

十六、笋尖煨腐竹

板桥画竹

.....

小菜类

汤煲类

糕点类

主食类

果汁类

《金牌妈妈家庭厨房》

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