

# 《走肉朋友》

## 图书基本信息

书名：《走肉朋友》

13位ISBN编号：9789882028918

作者：李美怡

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)

# 《走肉朋友》

## 內容概要

簡單易煮 - 菜式容易又美味，沒華麗浮誇賣相，也沒花俏烹調技巧，卻勝在簡單實在，入廚新手也做得來。

純素適用 - 食譜以蛋奶素為主，為方便純素用家，作者特地在用上蛋、奶和五辛的食譜中，提供可轉換的食材，不同類型素食者均適用。

附走肉貼士 - 針對由食肉轉為走肉的讀者，提供攝取均衡營養的茹素秘訣，同時教你在一般食肆的點菜心得，貼心又實用，為坊間素食書少見。

# 《走肉朋友》

## 作者簡介

茹素七年的Cathy因著外食不方便，捲起衣袖在廚房亂煮一通，竟越煮越起勁，幾年下來累積了好些菜譜和煮素心得。此書針對繁忙又想偷懶的素食者，介紹簡單美味的素菜，她棄用素肉素丸，單憑常見食材煮出豐饒味道，更分享作為繁忙都市素食者的煮食、搵食心得和茹素秘訣，期望更多人像她一樣進入走肉世界。

# 《走肉朋友》

## 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)