

《私房養生養顏甜品》

图书基本信息

书名：《私房養生養顏甜品》

13位ISBN编号：9789866293054

10位ISBN编号：986629305X

出版社：旗林

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

《私房養生養顏甜品》

內容概要

從日常生活中吃出健康，吃出美麗：提供26道養生養顏滋補小點。選取最常見、最實用的食材，輕輕鬆鬆把養生融入日常飲食中。 建立基礎中草藥認知，使用起來更得心應手：不同食材的配搭，會有不同的效益與功能。瞭解各種草藥與食材的補性與功效，才能巧妙利用食材的自然療效，掌握“藥食同源”的養生調理精髓。 養生養顏小點的美味私房秘笈：做出一道道令人垂涎三尺、美味又健康的小點。師傅的貼心叮嚀，傾囊相授的私房烹調秘訣，猶如功夫秘笈中的葵花寶典。

《私房養生養顏甜品》

作者簡介

曾鏡雄 Peter Tsang 現任龍標燕窩禦廚顧問，也是新加坡“香港之友”廚師協會會長。39年的廚藝真功夫和周遊列國的豐富閱歷，其精心烹調的美食，融合了中式料理的烹調精細、日式料理的調味精髓和法式料理的精緻盤飾，深深俘虜著饕客刁鑽的味蕾。 曾任： 新加坡香格里拉酒店香宮行政總廚。 新加坡“翡翠飲食集團”集團總廚。 日本東京帝國飯店，北京中華料理 餐館總料理司（行政總廚）。 中國上海文華酒店行政總廚。 中國上海Sheraton酒店行政總廚。 新加坡“快活穀”餐廳主廚。 著作： 《名廚教做菜1 & 2》

《私房養生養顏甜品》

書籍目錄

PART 1 沙拉與開胃菜水波蛋配蓮藕洋芋餅四季豆佐荷蘭醬地瓜馬鈴薯山藥沙拉田園沙拉配檸檬油醋醬汁番茄蘆筍沙拉什錦磨菇塔燉蕃茄白豆洋蔥酪梨塔柚香茄子盤百香蘋果西芹沙拉阿根廷玉米酥餃綜合輕食握壽司橄欖烘蛋配半風乾番茄自製泡菜紫米海藻沙拉PART 2 湯品波菜蒜泥佐義式餃子薏仁番茄濃湯青豆仁卡布奇諾佐松露蒸蛋番紅花胡蘿蔔濃湯配原味優格香菜油甜菜根湯佐優格青醬酪梨蘋果冷湯法式白胡椒洋菇湯摩洛哥式扁豆湯百里香洋蔥濃湯白花椰菜湯佐烤脆杏仁片茴香南瓜湯佐芝麻脆餅義式蔬菜湯 PART 3 主菜尼斯蔬菜蛋包捲蕃茄鑲北非小米煎豆腐配玉米薏仁佐甜菜根醬汁墨西哥玉米餅包燉白腰豆配番茄莎莎沾醬與酪梨蓉酥脆什錦磨菇捲佐紅甜椒沾醬義式波菜餃配羊肚菌菇佐青醬燉義式青花菜通心粉南瓜燉飯焗什錦南瓜蓉白菜紫米杏仁捲配地瓜蓉杏鮑菇飯炒義式麵疙瘩配甜椒玉米青豆仁及松露油香炒米型麵配茄子四季豆玉米筍松露醬PART 4 甜點芝麻奶酪松子杏仁塔南瓜核桃乳酪捲沖繩黑糖蒟蒻綜合水果寒天凍巧克力瑪德琳蛋糕法式布丁法式水果薄餅配柳丁醬汁焦糖蘋果肉桂捲地瓜椰漿紫米露

《私房養生養顏甜品》

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