

《全民豆浆第一书》

图书基本信息

书名：《全民豆浆第一书》

13位ISBN编号：9787535648693

10位ISBN编号：753564869X

出版时间：2011-12-1

出版社：湖南美术出版社

作者：陈志田

页数：192

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

《全民豆浆第一书》

内容概要

《全民豆浆第一书》内容简介：自己做豆浆，美味又健康。拥有此书，让家里的豆浆机发挥最大的功效，让您和家人每天都能喝到不同种口味的豆浆。《全民豆浆第一书》不仅是目前书市上收集豆浆案例最多的制作宝典，更是一本从保健、养生出发，分类合理、注重营养搭配的健康食谱。全书共分为七大部分，分别介绍了黄豆、黑豆豆浆等6类经典原味豆浆，以及98道带有保肝、护肾、养心等功效的保健豆浆，还有44道针对三高症、贫血、失眠等病症打造的食疗豆浆，30道适合孕产妇、婴幼儿、老年人等不同人群喝的豆浆，50道口味、色泽富于新鲜变换的蔬果味豆浆，30道清新芬芳的花草豆浆，更包含46道经典米糊、米浆的做法。拥有《全民豆浆第一书》，您就能立即为家人制作不同口味、不同营养功效的豆浆，同时，《全民豆浆第一书》也为您详细列明制作、饮用每道豆浆时的注意事项，力求让豆浆的功效发挥到最大。

《全民豆浆第一书》

作者简介

陈志田，国际烹饪艺术大师，中华名厨，国家高级烹调技师，国家高级营养配餐师，中国饭店业金牌大厨·亚洲蓝带白金五星级勋章 1977年生于河北省承德市丰宁县的中医世家，学历经济管理本科，现任北京名人美食保健协会理事，首都保健美食学会特约理事，荣获建国60周年酒店职业经理人国际精英论坛精英新锐大奖，担任第二届全国乡土菜大赛副秘书长，第二届搜厨国际烹饪大赛评委，中国饭店协会采购专业委员会评委，事迹录入《中国当代名厨》大师篇。擅长官府保健菜，师承“唐朝药王”孙思邈第48代传人——孙耀祖先生，凭借多年的烹饪经验，将中医、官府菜、融合菜三者有机结合为保健菜系，倡导“以自然之道养自然之身”的健康理念，在我国美食界享有盛誉。

《全民豆浆第一书》

书籍目录

豆浆机的选购 豆浆机的结构 豆浆机的使用 豆浆的营养成分及功效 优质豆浆的关键指数及鉴别 饮用豆浆的注意事项 豆浆的养生保健功效 经典原味豆浆 保健豆浆 食疗豆浆 不同人群宜喝豆浆 蔬果·花草豆浆 五谷·蔬果汁 米糊·米浆

《全民豆浆第一书》

编辑推荐

拥有《全民豆浆第一书》您就能立即为家人制作不同口味、不同营养功效的豆浆，同时，本书也为您详细列明制作、饮用每道豆浆时的注意事项，力求让豆浆的功效发挥到最大。

《全民豆浆第一书》

精彩短评

- 1、感觉拼凑的，一点不科学。
- 2、现在学着上面的搭配，天天给自己做豆浆，不错
- 3、才开始只是在新华书店草草看了看，回来就买了，到了过后仔细读了下，内容就是渣，除了页数比豆浆机配的资料多外，还不如家里买的豆浆机资料这么详细
- 4、书质量很好。内容实用。
- 5、很多的介绍，不用怕喝重复了。。。
- 6、书很漂亮，但款款豆浆都没有介绍加水参考量。遗憾。
- 7、养身
- 8、这本书挺精致的，我是在实体店看了再网上买的。不错
- 9、很养生的书。按照书里的内容做。很不错
- 10、除了印刷精美 其他没得说了
- 11、全彩图，几十种豆浆的做法，居家必备
- 12、还可以的书，多但是不细。
- 13、给妈妈的，她说不错~
- 14、看了书之后，才发现，豆浆原来可以做那么多种口味。给力啊。。。书的质量也不错。
- 15、在姐姐家看到实物，经推荐，来当当买的，很实用，豆浆花样多，还针对老人，小孩，孕妇有不同的搭配。书店没打折，这里打折还包运费，超划算
- 16、有点启发
- 17、本书内容多而不精，没有从中学到制备豆浆如何配料的精要。
- 18、这本书的纸很好；也很实用
- 19、在书店里翻到，立刻被里面的内容吸引了，讲解详细，容易上手自己制作。回到家里**当网订购了此书。
- 20、图漂亮，纸张一般

《全民豆浆第一书》

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