

《跟我学煲长者健康汤》

图书基本信息

书名：《跟我学煲长者健康汤》

13位ISBN编号：9787534450419

10位ISBN编号：7534450411

出版时间：2012-10-1

出版社：江苏美术出版社

作者：圆梦

页数：96

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

《跟我学煲长者健康汤》

内容概要

《跟我学煲长者健康汤》介绍了90种适合老年人饮用的健康汤水的简易做法，每种汤都配有清晰的制作步骤图解，读者主要跟着书中的步骤学习，很容易就能学会各种健康汤的做法，煲出一锅香喷喷的老火靓汤，享受健康汤水给家人带来的美好感受。

海报：

《跟我学煲长者健康汤》

作者简介

圆梦，中国烹饪协会高级会员、广东食文化研究会会员。多年来一直潜心研究饮食保健知识。目前在一所著名烹饪学校当烹饪讲师，并不定时在多家美食、健康、生活类杂志发表料理专题，曾出版《四季健康老火汤》、《清润糖水》、《神奇果蔬汁对症疗法》等50多本书籍。

书籍目录

芡实莲子鹌鹑汤
粉葛排骨鲫鱼汤
红枣黑豆排骨汤
酸枣桂圆老鸡汤
哈密瓜煲瘦肉汤
豆芽丝瓜田鸡汤
山楂扁豆鸭肾汤
五指毛桃猪骨汤
双菇煲猪脊骨汤
百合莲子瘦肉汤
淮芪红枣鲈鱼汤
红枣苹果黑鱼汤
白果支竹猪肚汤
虫草花桂圆鸡汤
参芪瘦肉黑鱼汤
砂仁猪肚暖胃汤
黑枣煲鹌鹑蛋汤
丁香花生猪尾汤
太子参煲鲈鱼汤
木瓜红枣黑鱼汤
人参瘦肉鹌鹑汤
粉葛红豆鲫鱼汤
银耳煲鹌鹑蛋汤
茯苓白术猪肚汤
山楂麦芽猪腱汤
粉葛红枣猪骨汤
枸杞淮山乌鸡汤
白芷川芎鱼头汤
土豆番茄脊骨汤
花旗参煲猪腱汤
海参猪里脊肉汤
天门冬人参鸡汤
椰子排骨田鸡汤
莲子芡实排骨汤
花生眉豆猪尾汤
雪梨苹果瘦肉汤
麦芽煲鲜鸡肾汤
淮山莲子鹌鹑汤
北芪红枣泥鳅汤
土茯苓煲脊骨汤
胡萝卜煲鲫鱼汤
银耳雪梨鹌鹑汤
虫草花炖雪蛤汤
杜仲桑寄生脊骨汤
淮山党参猪肚汤
灵芝党参瘦肉汤
沙虫淮枸瘦肉汤

《跟我学煲长者健康汤》

百合苹果瘦肉汤
山楂黄精脊骨汤
节瓜咸蛋瘦肉汤
木瓜薏米瘦肉汤
茅根雪梨猪肺汤
天麻川芎鲤鱼汤
黑豆老姜鱼头汤
虫草花煲黑鱼汤
麦芽淮山鸡肫汤
胡萝卜煲猪腱汤
菜干黑鱼脊骨汤
百合竹荪田鸡汤
海参田七瘦肉汤
蜜枣北芪生鱼汤
淮杞党参鱼头汤
腐竹酸菜猪肚汤
黑豆淮山煲鸡汤
淮山枸杞乳鸽汤
大白菜煲老鸭汤
胡萝卜煲黑鱼汤
花生生姜猪肚汤
干贝双冬瘦肉汤
天麻老姜鱼头汤
淮山瘦肉田鸡汤
番茄煲鹌鹑蛋汤
丝瓜豆腐鱼头汤
芡实淮山老鸽汤
苹果银耳瘦肉汤
莲藕红豆猪蹄汤
土茯苓绿豆鸭汤
柿蒂参须瘦肉汤
芡实莲子猪肚汤
海藻生地猪蹄汤
红枣瘦肉黑鱼汤
苦瓜黄豆排骨汤
胡萝卜煲鲫鱼汤
腐竹花生鱼头汤
白菜猪肉三丝汤
香菇当归肉片汤
当归猴头菇鸡汤
鱼头菠菜瘦肉汤
当归生姜羊肉汤
玉竹淮山鸽子汤

《跟我学煲长者健康汤》

章节摘录

插图：

《跟我学煲长者健康汤》

编辑推荐

《跟我学煲长者健康汤》介绍了近90种健康汤的制作方法，并配有详尽的制作过程图解；详尽介绍广东汤的特色，详解各种养生汤品的制作方法；并将现在一些人煲汤的误区进行解说，传授正确的煲汤方法。图片精美、图解清晰。读者主要根据书中的方法和图解，即可轻松制作。营养健康，步骤清晰。制作简单，一学就会。

《跟我学煲长者健康汤》

精彩短评

- 1、OK,不错
- 2、看起来很好的一本书，先试试学习学习
- 3、妈妈让给好评
- 4、喝汤是门学问
- 5、很营养，很喜欢
- 6、苟
- 7、每天做菜必备的美食菜谱

《跟我学煲长者健康汤》

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