

# 《时尚美食馆--巧用豆浆机做花样料理：养生五谷 汁、米浆、粉糊制作大全(附光盘)》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年05月01日

开本：12k

纸张：铜版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787122103475

丛书名：时尚美食馆

## 内容简介

养生食品自己做，不添加任何添加剂，安全又放心，

1.以养生为内容核心，营养专家指导，根据饮品制作方法区分，分为五谷汁、米浆、粉糊三大类，请晰明了，特别适合家庭制作。

2.超大信息量，80多种美食做法，让你根据自己的需要，轻松选择与制作。

3.分类全面，花样创新，包括五谷汁、米浆、粉糊以及五谷汁米浆粉糊美食制作，教你充分利用手边的豆浆机，制作多种五谷美食。

4.讲解详细、家庭实用性强——彩色步骤图，详细讲解相关食材的知识、对应美食印制作方法、养生功效，对症选择。

5.操作简单：巧妙利用豆浆料理机，所选美食种类丰富，简单方便，家庭易操作。

6.高附力口值——附赠VCD，实景操作演示，方便你跟着制作，一目了然。

一级分类:大众生活

二级分类:餐饮

[显示全部信息](#)

## 目录

### Part1开启健康宝库

健康讲堂：健康喝出来

五谷汁、米浆、粉糊制作工具以及注意事项

人体所需要的营养成分分析

食用五谷杂粮注意事项

自制养生饮品保存妙法

### Part2最受欢迎——养生五谷汁轻松做

薏米汁

薏米百合汁

牛奶黑米汁

黑米黄豆汁

黑米黑豆汁

玉米汁

玉米黄豆汁

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)