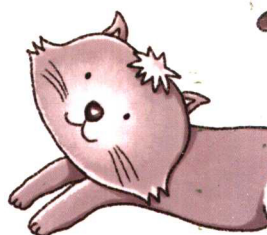




真果果 主编

职业启蒙



我是一名厨师

文/韩小霞 画/沈冰



天津出版传媒集团

天津人民美术出版社

职业启蒙

我是一名厨师

文/韩小霞 画/沈冰

天津出版传媒集团

 天津人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

我是一名厨师 / 韩小霞文；沈冰画. — 天津：天津人民美术出版社，2016.4

(职业启蒙 / 真果果主编)

ISBN 978-7-5305-7362-4

I. ①我… II. ①韩… ②沈… III. ①厨师—儿童读物 IV. ①TS972.36-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第080942号

职业启蒙·我是一名厨师

出版人：李毅峰

策划：真果果

责任编辑：张磊

校对：王艳

出版发行：天津人民美术出版社

地址：天津市和平区马场道150号

邮编：300050

电话：(022) 58352966

网址：www.tjrmwh.com

经销：全国新华书店

印刷：北京东方宝隆印刷有限公司

开本：787毫米×1092毫米 1/16

版次：2016年4月第1版

印次：2016年4月第1次印刷

印张：2

印数：1-10000

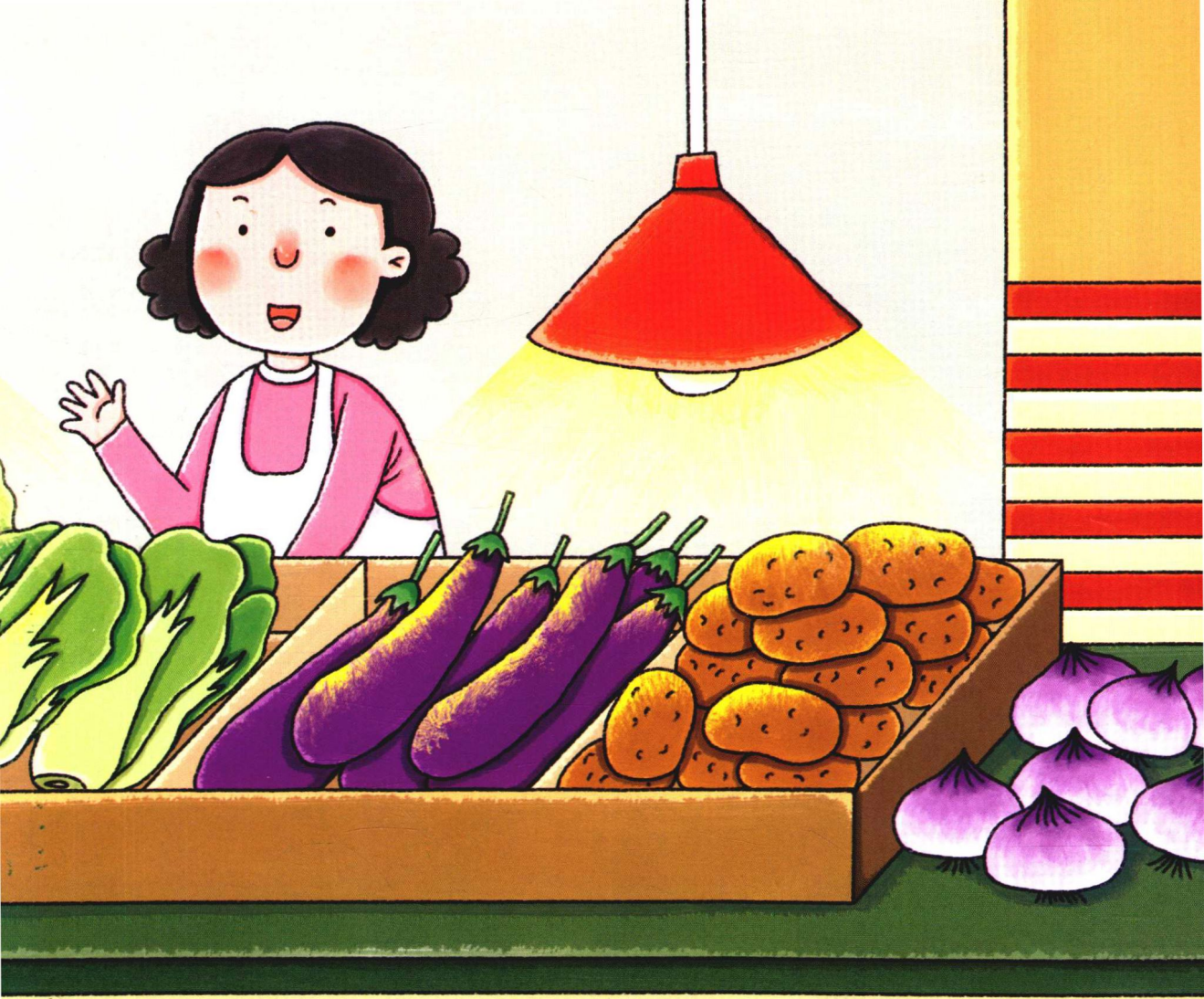
定价：15.00元

版权所有·侵权必究

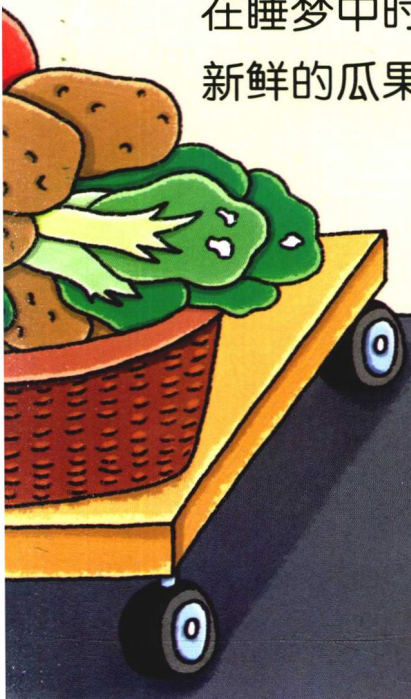
我是一名厨师，喜欢做各种各样的饭菜，你想尝尝吗？







厨师是一个非常辛苦的职业。每天清晨，大家都在睡梦中时，我已经到达菜市场，开始认真地选购最新鲜的瓜果蔬菜。



食材买回来还要及时地清洗、储藏，否则它们就会坏掉。





菜刀也要磨得亮亮的，这样才会很锋利！



剁切食材时才会更省劲儿。



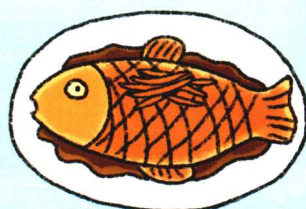
还有这些调味料，做饭前一定要把它们准备好。





今天伙伴们要来做客，我要做一顿丰盛的饭菜。

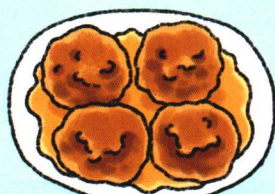
菜谱



红烧鲤鱼



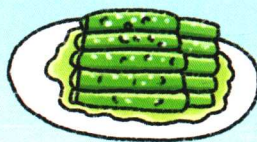
番茄炒蛋



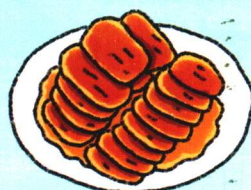
四喜丸子



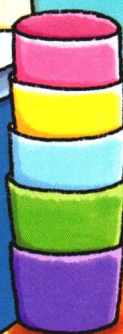
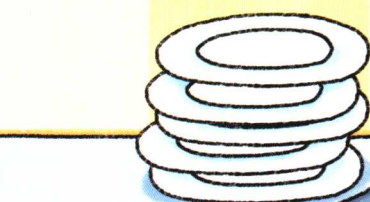
香菇青菜

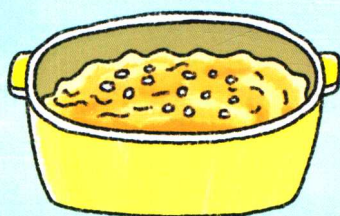


蒜泥黄瓜



香辣牛肉

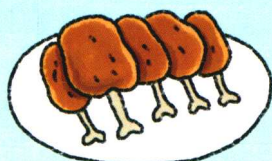




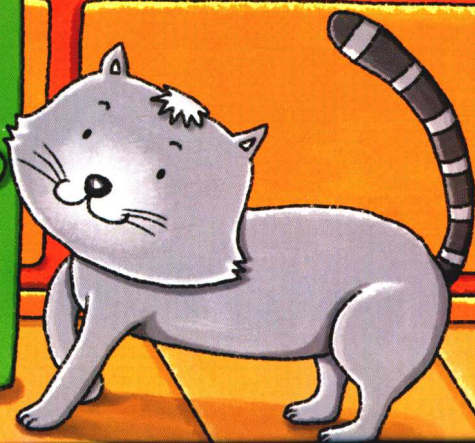
玉米蔬菜汤



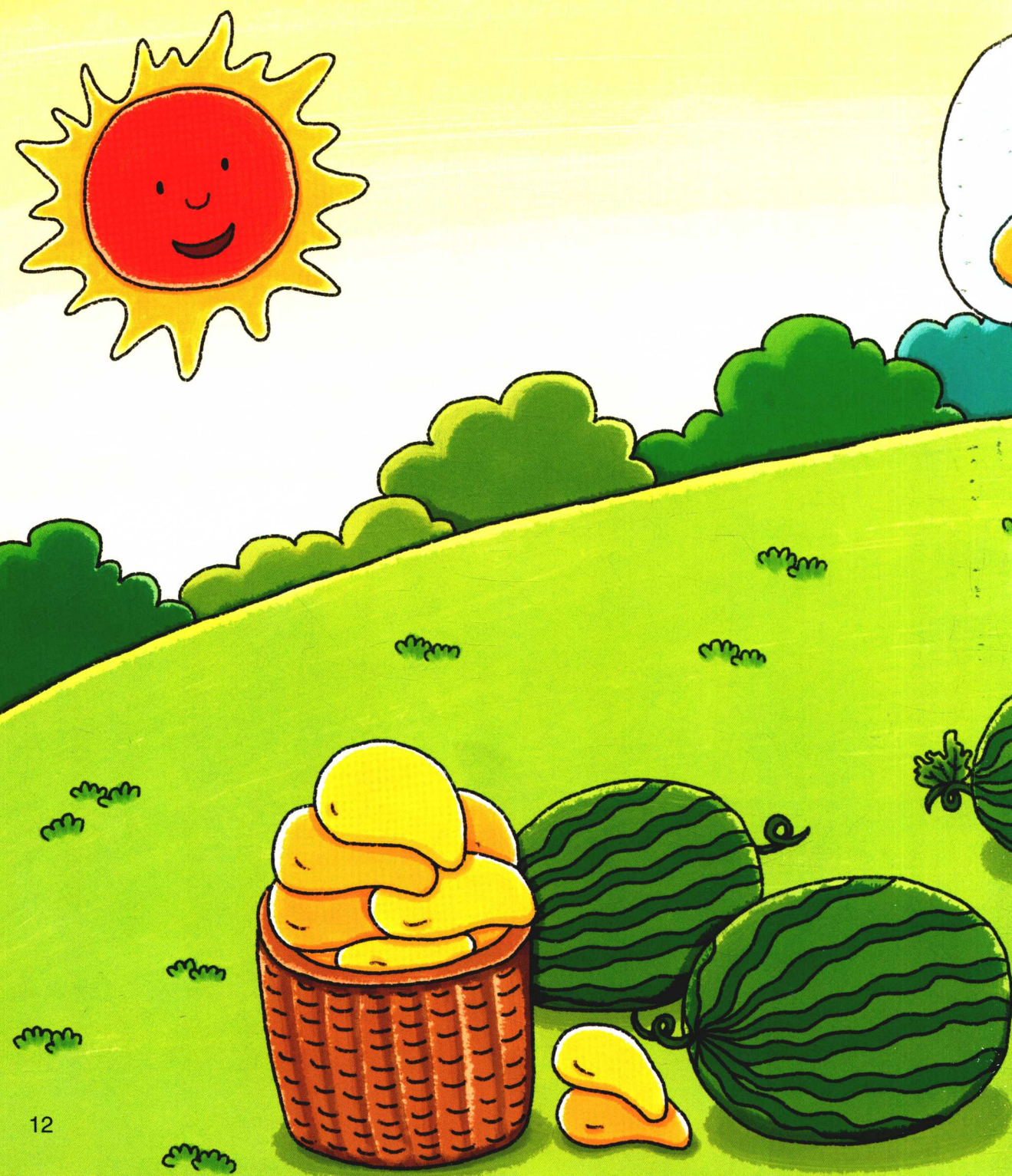
千页豆腐



脆皮鸡腿



炎炎的夏天，用芒果和西瓜做食材最好了。





再要炒些热菜，爆炒小菜、炖煮肉块……炒菜时火候很重要！

