

北京科普创作出版专项资金资助



绿岛丛书——名特蔬菜篇

特菜营养及 时尚吃法 200 式

薛颖 编著



中国农业出版社



绿岛丛书——名特蔬菜篇

◆ 北京科普创作出版专项资金资助

特菜营养及时尚 吃法200式

薛颖 编著



中国农业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

特菜营养及时尚吃法 200 式 / 薛颖编著. —北京: 中国农业出版社, 2003.1

(绿岛丛书. 名特蔬菜篇)

ISBN 7-109-08111-7

I. 特... II. 薛... III. ①蔬菜 - 食品营养 ②蔬菜 - 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 001133 号

中国农业出版社出版

(北京市朝阳区农展馆北路 2 号)

(邮政编码 100026)

出版人: 傅玉祥

责任编辑 张洪光 黄宇 杨金妹 舒薇

中国农业出版社印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月北京第 1 次印刷

开本: 850mm×1168mm 1/32 印张: 5.375 插页: 8

字数: 122 千字 印数: 1~6 000 册

定价: 13.80 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

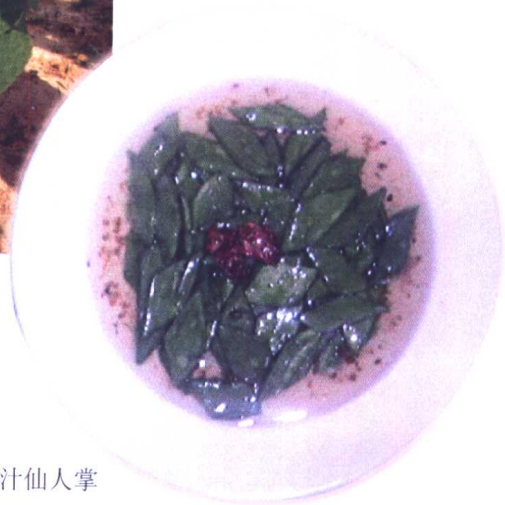


玉米笋



虾仁玉米笋

食用仙人掌



桂花蜜汁仙人掌



彩色大椒



大叶枸杞



凉拌彩椒

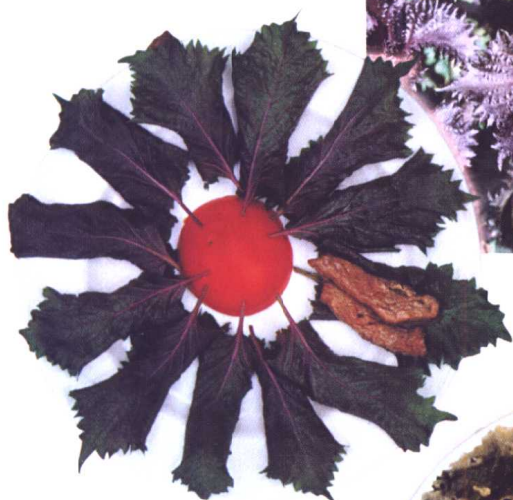


彩椒饮料



荳蔻菜

紫 苏



紫苏铁板牛柳



软炸苏叶

嫩荚豌豆



蒜茸甜蜜豆



黄秋葵



四棱豆



樱桃番茄

南瓜



七彩南瓜盅

苦 瓜



酿苦瓜



凉拌苦瓜丝



苦 菜



球茎茴香



肉丝炒球茎茴香



凉拌球茎茴香



人参菜

海米菜心



菜心

芥蓝



素炒芥蓝





绿菜花



蔬菜沙拉



兰花虾球



奶白菜

海米奶白菜



落葵



五指山野菜
(守宮木)



蔓菜



藤三七

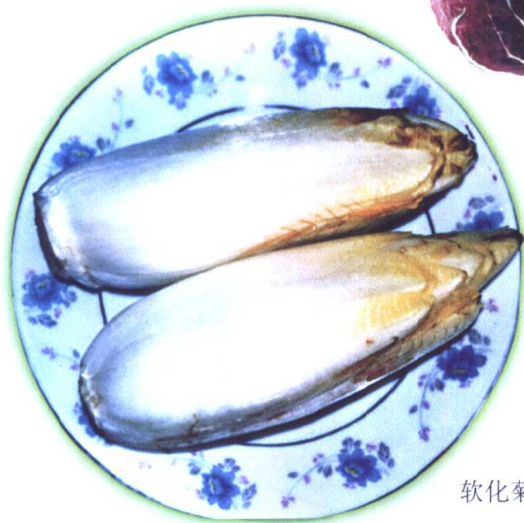
软化红菊苣



菊苣蘸酱



结球菊苣



软化菊苣

豆瓣菜



紫背天葵（江风菜）



蒜蓉紫背天葵



抱子甘蓝



马 兰



盖浇菜球



菊花脑



羽衣甘蓝



凉拌羽衣甘蓝



水煮肉