



快乐家庭系列丛书

营养保健菜谱

Yingyang baojian cai pu

李东鸣 ◎ 编著



延边大学出版社

营养保健食谱

主编 李东鸣

延边大学出版社

快乐家庭丛书(保健卷)·营养保健菜谱

作者：李东鸣

责任编辑：张宏飞

装帧设计：杨 群

出版发行：延边大学出版社

社址：吉林省延吉市公园路 105 号 邮编：133002

网址：<http://www.eabook.com> (网络书局)

传真：0433 - 2732434

印刷：长春市东新印刷厂

开本：850 × 1168 毫米 1/32

印张：58.5 印张 字数：1350 千字

印数：5001 - 8000

版次：2003 年 4 月第 1 版

印次：2003 年 9 月第 2 次印刷

ISBN 7 - 5634 - 1771 - 0/Z·142

定价：112.50 元(本册定价 12.50 元)

快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



咖喱鸡丝



梅子蜜番茄

围炉洋参炖鳖



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱

菜心乳鸽松



草莓豆腐羹



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



发菜银杏乳鸽皇



凤杏佛跳墙

快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱

黑胡椒牛排



双羊枸杞粥



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



叉烧鳝鱼

叉烧鲈鱼



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



骨髓猪红煲



肉燥香锅

快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



鲜
藕
粥



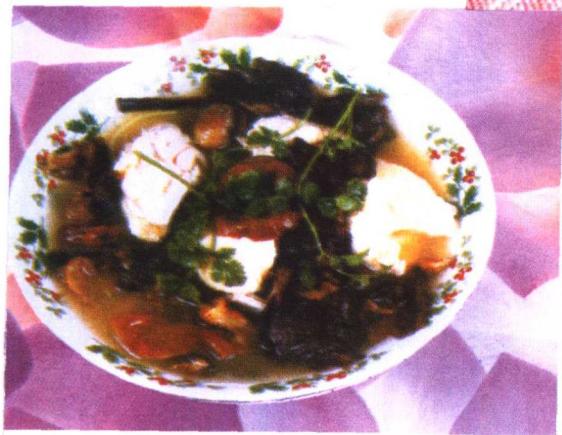
白
果
莲
子
汤

快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱

烧榛蘑嫩鸡



干煸鲜蘑



清炸带鱼



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱

香辣银鱼



炝冬菇





芋蓉炸饺

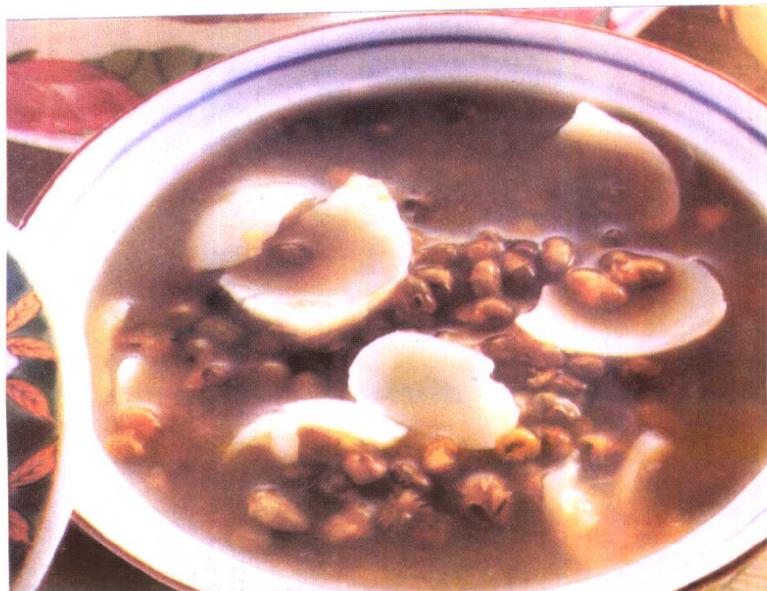
鱼香茄子



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



参苓烧南瓜



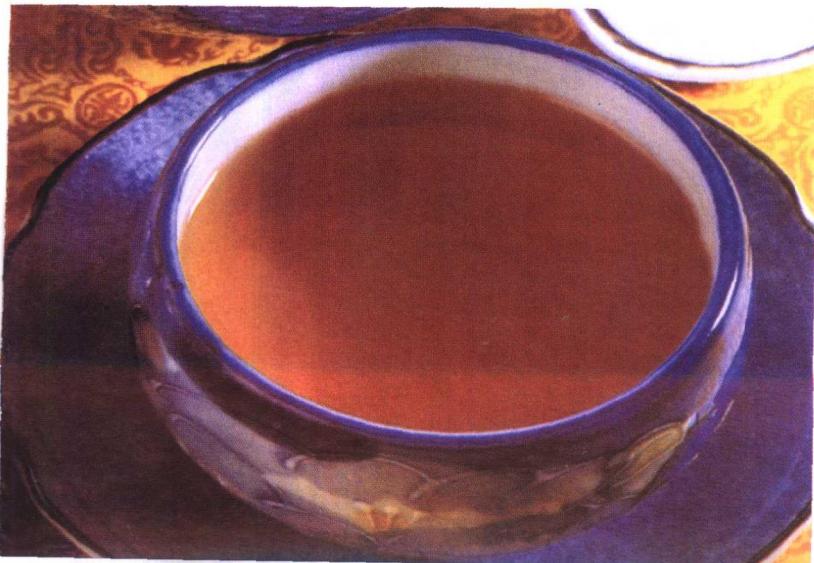
龙莲甜枣汤

快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱

椒盐虾仁



姜汁茶



快乐家庭系列丛书 * 营养保健菜谱



罗汉齐素烩



南瓜肉丸



醋拌香芹

怪味鱼



红焖鳕鱼

