



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

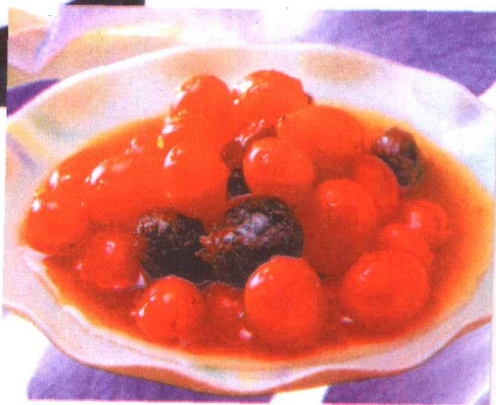
印次: 2003 年 9 月第 2 次印刷

ISBN 7 - 5634 - 1771 - 0/Z·142

定价: 112.50 元(本册定价 12.50 元)



咖喱鸡丝



梅子蜜番茄

围炉洋参炖鳖



菜片乳鸽松



草莓豆腐羹





发菜银杏乳鸽皇



凤杏佛跳墙

黑胡椒牛排



双羊枸杞粥





叉烧鳊鱼



叉烧鲈鱼



骨髓猪红煲



肉燥香锅



鲜藕粥

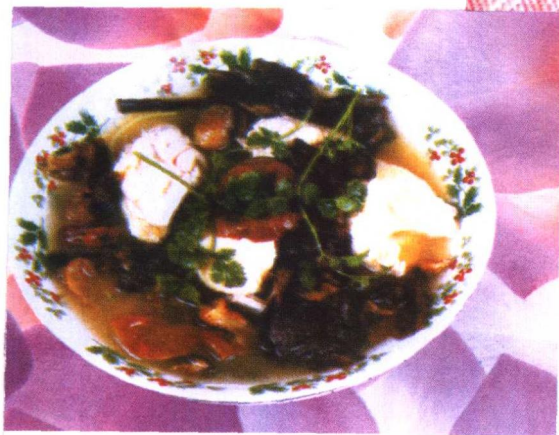


白果百合汤

烧榛蘑嫩鸡



干煸鲜蘑



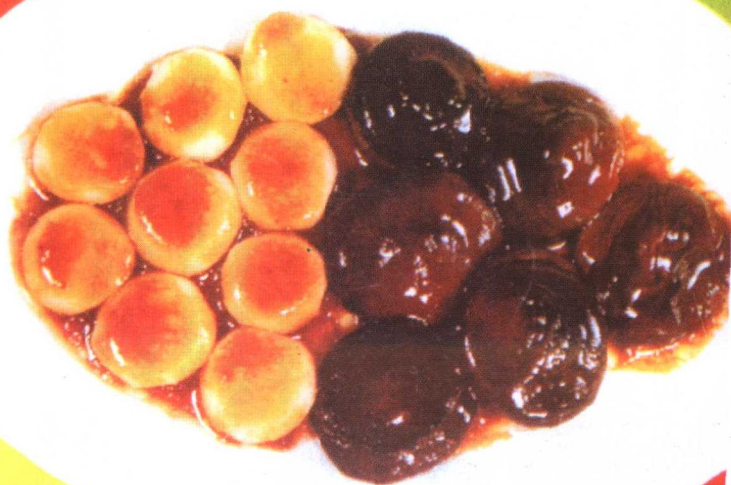
清炸带鱼



香辣银鱼



炆冬菇





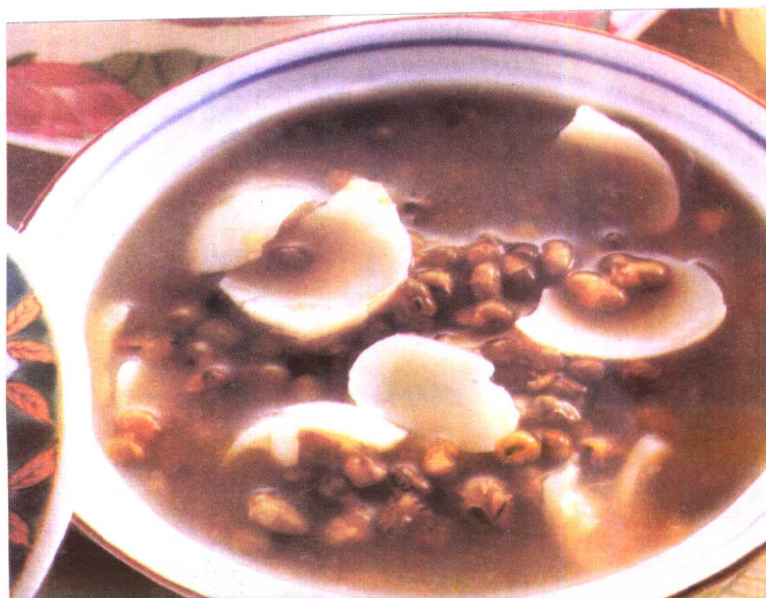
芋蓉炸饺

鱼香茄子





参苓烧南瓜

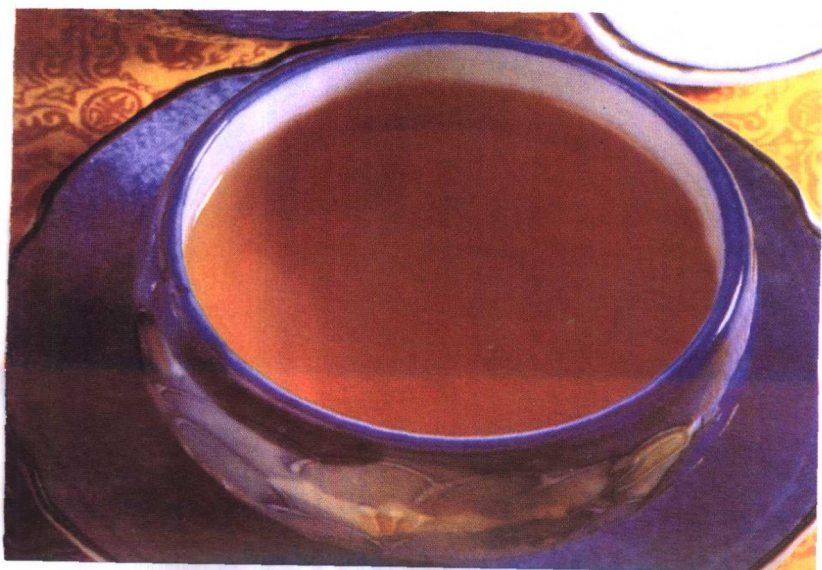


龙莲甜枣汤

椒盐虾仁



姜汁茶





罗汉齐素烩

南瓜肉丸



醋拌香芹



怪味鱼



红焖鳊鱼

