

طرز تهیه غذاهای دریایی با سبک جدید

نویسنده:

فرخنده فارسیم‌دار

نشر مانیان

سرشناسه	فارسیمدان، فرخنده، ۱۳۵۸-
عنوان و نام پدیدآور	طرز تهیه غذاهای دریایی با سبک جدید / فرخنده فارسیمدان.
مشخصات نشر	تهران: مانیان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	۸۰ ص:؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۱-۲۵-۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبا
موضوع	آشپزی (غذاهای دریایی)
موضوع	Cooking (Seafood)
موضوع	آشپزی
موضوع	Cooking
رده ی کنگره	TX ۷۴۷:
م. پند. یویی	۴۶۱/۶۹:
شماره کتابشناسی ملی	۶۲۲۰۹۲۸:



نشر
مانیان

طرز تهیه غذاهای دریایی با سبک جدید

فرخنده فارسیمدان

نشر مانیان

چاپ و صحافی: پیشگام

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۰,۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۱-۲۵-۸

نوبت و سال چاپ: اول / ۱۳۹۹

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷.....	داستان نویسنده.....
۹.....	پیام‌های سلاخی معرف آنزبان.....
۱۰.....	خوردن میگو در دوران بارداری.....
۱۰.....	آیا می‌توانم وقتی باردارم، میگو بخورم؟.....
۱۱.....	چه مقدار میگو در هفته بخوریم؟.....
۱۲.....	ماهی رو با چی بخوریم و با چی نخوریم.....
۱۴.....	روش پخت ماهی رژیمی.....
۱۶.....	ماهی به سبک تنوری (در فر).....
۱۹.....	میگو پفکی.....
۲۱.....	قلیه ماهی.....
۲۲.....	ویژه عید.....
۲۵.....	ماهی حشو.....
۲۷.....	خوراک ماهی و قارچ.....
۲۸.....	خوراک میگو زعفرانی.....
۳۰.....	شنیسل ماهی.....
۳۲.....	خوراک میگو و لوبیاسبز.....

- ته چین میگو ۳۴
- ته چین ماهی ۳۶
- برایانی میگو عربی ۳۸
- ماهی کبابی روی منقل ۴۰
- شوریده سوخاری ۴۲
- ماهی فیله سوخاری ۴۴
- ماهی کبابی رو چطوری خوشمزه تر بپزیم ۴۶
- خاص ماهی شیر و طرز پخت آن و تشخیص تازگی این ماهی ۴۷
- فواید شیر ماهی ۴۹
- ماهی شیر ۵۱
- چگونه میگو پلو با کشمش تهیه کنیم؟ ۵۳
- میگو پلو ۵۵
- ته چین ماهی شکم پر ۵۷
- خورشت آلوچه ماهی ۶۰
- ماهی هواری ۶۳
- میگو فلفلی ۶۵
- میگو با سس تند ۶۷
- نودل با میگو با قارچ ۷۱
- سالونه ماهی یا خورشت ماهی ۷۲
- سالاد میگو ۷۶
- کوکوی میگو ۷۸