

家庭烹饪技艺

食之道

健康烹饪, 省钱好吃

加入我们!

六周免费健康烹饪课程

烹饪简单营养的膳食

学会看营养标签

寻访当地的食物杂货店

睦邻亲善, 厨房显身手。

趣味教学, 勤练烹饪技艺。

健康饮食, 简单易学, 其乐无穷。



佳肴菜谱!

- 鹰嘴豆泥
- 格兰诺拉麦片球
- 甘蓝沙拉
- 蔬菜炸饼
- 烤蔬菜
- 自制比萨饼
- 墨西哥芝士馅饼
- 苹果脆酥

课程详情:



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority



BRITISH
COLUMBIA

Supported by the Province of British Columbia