

# 《蔬菜的美容·保健·药用》

## 图书基本信息

书名：《蔬菜的美容·保健·药用》

13位ISBN编号：9787806664766

10位ISBN编号：7806664769

出版时间：2004-6

出版社：广西科学技术出版社

作者：张文高

页数：220

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《蔬菜的美容·保健·药用》

## 内容概要

本书介绍常见的61种蔬菜的美容食谱、保健食谱、美容小秘方和药用验方。在内容方面，注重方便实用，浅显易懂，适用家庭日常选用，同时指导您科学合理地选择食用蔬菜，了解其营养成分和保健作用，熟悉其性味归经、营养成分，通过这些佳蔬菜肴来协调阴阳，调理脏腑，畅达气血，健美容颜，祛病强身。

# 《蔬菜的美容·保健·药用》

## 书籍目录

马铃薯山药芋头胡萝卜萝卜甘薯蔓菁苜蓝莴苣竹笋姜藕大蒜洋葱百合慈姑芦荟白菜油菜圆白菜紫甘蓝芥菜雪里蕻茼蒿菜薹菠菜薹菜茼蒿茴香菜芫荽芹菜韭菜蒜薹大葱蒲菜芦笋芥菜马兰落葵紫苏香椿马齿苋菜花蕨菜鱼腥草黄豆芽绿豆芽豌豆苗南瓜西葫芦冬瓜黄瓜瓠瓜丝瓜苦瓜佛手瓜茄子辣椒柿椒青豆蚕豆

# 《蔬菜的美容·保健·药用》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)