

《神奇海鹽: 美顏. 美身. 美食》

图书基本信息

书名：《神奇海鹽: 美顏. 美身. 美食》

13位ISBN编号：9789576409592

10位ISBN编号：9576409594

出版时间：2006

出版社：華成圖書出版股份有限公司

作者：陳皓雯

页数：176

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

《神奇海鹽: 美顏. 美身. 美食》

內容概要

6種浪漫海鹽浴、7樣海鹽美麗魔法、8大塑身功效、15道美味佳餚

海鹽用途多元，除了加入食物料理外，更被當成美容護膚的聖品。用海鹽泡澡，可以使皮膚更加亮麗光澤，含有海鹽成分的洗面乳可以清除毛細孔的污垢，達到清潔、美容的雙重功效。在身體保健方面也是好處多多，健胃整腸、舒緩便秘、消除口臭，改善失眠……。神奇海鹽，讓你健康從頭到腳，漂亮從裡到外！

6種浪漫海鹽浴：

紅茶海鹽浴、橘皮海鹽浴、迷迭香海鹽浴、檸檬海鹽浴、玫瑰海鹽浴、薄荷海鹽浴。

7樣海鹽美麗魔法：

蛋蜜海鹽面膜、番茄海鹽面膜、蘆薈海鹽面膜、紅蘿蔔海鹽面膜、杏仁海鹽面膜、檸檬海鹽面膜、牛奶鹽洗鹽水。

8大塑身功效：

創造線條曲線、美好臀型的祕訣、修長頸部的方法、輕鬆瘦小腹、祛除惱人的胖臉頰、動動手指變纖細、消滅雙下巴、掰掰蝴蝶袖。

15道美味佳餚：

如意雙色湯、冬瓜海帶湯、牛蒡番茄湯、雙瓜海鹽湯、清炒什蔬、地瓜五穀米粥、蔬菜燕麥泥、彩椒五穀米飯、鮪魚蔬菜營養粥、南瓜義大利麵、文蛤海鹽燉蛋、海鹽烤花枝、海鹽拌蝦、四彩繽紛、海鹽烤馬鈴薯。

《神奇海鹽: 美顏. 美身. 美食》

作者簡介

陳皓雯

擁有將近二十年的文字工作經驗，讓我累積了許多與人間萬物互動的美好，藉由十多年的職場生活，拓展了我多方嘗鮮的機會！自組成立「寶貝家庭創意文字工作室」，經常與家人一同旅行，從國內到國外，用文字與影像去記錄所看見的一切美好事物，更用心用感覺去領略各地美食的可貴。從早期的探訪自然，或琢磨於親子間的感動，到近年專注於養生膳食之體驗。

《神奇海鹽: 美顏. 美身. 美食》

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