

《吃出美麗》

图书基本信息

书名：《吃出美麗》

13位ISBN编号：9789621436979

10位ISBN编号：9621436974

出版时间：2007-1

出版社：f里

页数：129

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

《吃出美麗》

內容概要

內容簡介：懶惰是美麗的最大障礙：是自甘墮落的序曲，要擁有健康的身體、美麗的肌膚、優質的生活便要「隨興起鑊」，用美味換取幸福。本書為您介紹多款美味小菜、甜品、小吃、湯水，不光滋味無窮，更有助白滑肌膚，並且教您運用吃不了的食材進行面部、身腳等護理。既省時間又方便，不信？回家試試看。

賣點：1. 食譜材料配搭有新意 2. 附有食材Mask DIY 3. 醫生撰寫「飲食與美肌」分享文章

《吃出美麗》

書籍目錄

序1

序2

序3

飲食與美肌

前菜

主菜

飯麥

小吃

甜品

湯水

作者之言

尾聲

好友贈言

鳴謝

精彩短評

1、很喜欢陈莉敏

《吃出美麗》

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