

《《吃法决定健康：豆浆病》》

图书基本信息

书名：《《吃法决定健康：豆浆茶饮蔬果汁养生》》

13位ISBN编号：9787533548507

出版时间：2015-11

作者：瑞雅编著

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

《《吃法决定健康：豆浆病》

内容概要

瑞雅编著的《吃法决定健康：豆浆茶饮蔬果汁养生》图文并茂地介绍了如何用日常生活中的常见食材打造各式各样既健康又可口的豆浆、米糊、蔬果汁以及茶饮。书中除了详细介绍制作豆浆、米糊、蔬果汁以及茶饮的全过程外，还按种类详解食材功效、宜忌等，并针对季节、人群、养生需求、疾病等推荐适宜的饮品，让您轻轻松松喝出健康。

《《吃法决定健康：豆浆病》》

书籍目录

- 第一章 全解豆浆茶饮蔬果汁——居家必备养生常识
- 第二章 健康豆浆茶饮蔬果汁——一天一杯，强身健体
- 第三章 养人豆浆茶饮蔬果汁——美颜塑身抗衰老
- 第四章 养生豆浆茶饮蔬果汁——四季调理有讲究
- 第五章 营养豆浆茶饮蔬果汁——因人施补效更佳
- 第六章 特效豆浆茶饮蔬果汁——防病祛病效果好

《《吃法决定健康：豆浆病》

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