

《親子四季健康藥膳》

图书基本信息

书名：《親子四季健康藥膳》

13位ISBN编号：9789576429705

10位ISBN编号：9576429706

出版时间：20041015

出版社：信誼（上誼）

作者：莊雅惠

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

《親子四季健康藥膳》

內容概要

本書特別針對季節轉換以及常見的健康問題，以中醫天然、溫和的藥效，設計適合全家食用的家庭套餐。每一道料理，都是溫和的食補，不僅能調理改善孩子的體質，就連大人也同樣具有預防保健的強身功效，希望藉由全家共享的用餐方式，讓孩子在父母自然而然的引導下，從日常飲食中愛上美味的藥膳料理，而且也省去了父母為孩子額外準備料理的功夫。此外，全書中不僅包含主菜、湯方，還有甜點和茶品，家長可以依自己的料理時間調配；沒空時，甚至可以就依書中的建議，泡簡單的茶品當開水飲用，不僅簡便也同樣具療效。

《親子四季健康藥膳》

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