

《蔬菜排毒瘦身餐》

图书基本信息

书名：《蔬菜排毒瘦身餐》

13位ISBN编号：9789868425774

10位ISBN编号：9868425778

出版时间：2008-10

作者：鄭如玲

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

《蔬菜排毒瘦身餐》

內容概要

體內有毒，人一定不舒服

小心身體發出的警訊

蔬果輕食吃出窈窕曲線

做好體內環保，讓你無毒一身輕！

瘦身排毒嚴選料理大公開

15種爽口小菜：口感零負擔，輕盈享瘦

12種熱炒料理：低卡排毒食方，超好吃減肥餐

10種高纖粥飯：淨化腸道快速排毒功效

9種清爽湯品：噴香可口美人瘦身湯

9種天然蔬果汁：簡單好做，喝出美麗與健康

8種芬芳降脂茶飲：利尿除油，消除浮腫

7種健康點心：營養美味點心，吃多也不怕胖

《蔬菜排毒瘦身餐》

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