

# 《73道輕鬆窈窕食譜》

## 图书基本信息

书名：《73道輕鬆窈窕食譜》

13位ISBN编号：9789866678905

10位ISBN编号：9866678903

出版社：漢宇國際文化

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](http://www.tushu000.com)

# 《73道輕鬆窈窕食譜》

## 內容概要

簡單、照著做、輕鬆煮！由最專業的營養師分析，73道輕鬆上手的瘦身料理保證讓你吃的健康，吃的窈窕！本書特色 你是否還時常為了瘦身所苦呢？總是想要克制自己可以少吃一點，但美食當前又無法不為所動。別擔心！想要能享受美味又能同時保持窈窕身材，只要掌握低熱量的原則，就能讓你越吃越瘦，越吃越健康！偶爾也試著自己動手做美味的料理吧！其實下廚一點都不難。

# 《73道輕鬆窈窕食譜》

## 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](http://www.tushu000.com)