

《健康好幫手之大蒜與洋蔥 - 健康》

图书基本信息

书名：《健康好幫手之大蒜與洋蔥 - 健康好幫手4》

13位ISBN编号：9789866890246

10位ISBN编号：9866890244

出版社：橘子文化

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

《健康好幫手之大蒜與洋蔥 - 健康》

內容概要

中、西、日三大名廚聯手設計62道健康獨特、美味加分的大蒜與洋蔥料理，讓你在烹調上更加得心應手！大蒜的保健功能：免疫作用、抗癌作用、抗菌作用、降壓降脂、減肥作用、抗老作用等等。洋蔥的保健功能：降脂作用、降壓作用、利尿作用、降糖作用、減肥作用、抗老作用、殺菌作用、抗癌作用、防骨疏鬆、防治感冒作用、洋蔥可以對抗哮喘、促進消化吸收。希望藉由本書讓大家對大蒜與洋蔥有更進一步的了解，加上提供豐富的料理食譜，在這個重視養生的時代，您一定可以讓家人吃得開心又健康。

《健康好幫手之大蒜與洋蔥 - 健康》

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