

《好喝健康蔬果汁800例》

图书基本信息

书名：《好喝健康蔬果汁800例》

13位ISBN编号：9787506479288

10位ISBN编号：7506479281

出版时间：2011-11

出版社：中国纺织

作者：《好生活百事通》编委会

页数：209

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

《好喝健康蔬果汁800例》

内容概要

《好喝健康蔬果汁800例》内容简介：自己榨制蔬果汁有很多好处，不但可以依个人对蔬果的爱好来选择，更重要的是新鲜榨取的蔬果汁营养丰富，而且不含任何色素、防腐剂等添加剂，属于纯天然的饮品。饮用绿色天然蔬果汁，喝出健康和美丽。

《好喝健康蔬果汁800例》

书籍目录

Part 1 彩虹蔬果汁健康准备课Part 2 经典营养蔬果汁，味觉盛宴享不停Part 3 五颜六色蔬果汁，百变新潮“汁”滋味Part 4 一杯蔬果汁，成长永相伴Part 5 一年四季，从早到晚，蔬果汁给你全面的呵护Part 6 喝对蔬果汁，全家齐补养Part 7 “族”类达人钟爱的蔬果汁Part 8 养生蔬果汁，简单又方便Part 9 常见病的蔬果汁食疗方

《好喝健康蔬果汁800例》

章节摘录

版权页：插图：

《好喝健康蔬果汁800例》

编辑推荐

《好喝健康蔬果汁800例》营养专家力推荐的健康蔬果汁，享受纯正，自然，健康的快乐。

《好喝健康蔬果汁800例》

精彩短评

- 1、很实用的书，按照说明一步到位！好！
- 2、里面都是彩页，很好，值得购买
- 3、还不错，800种实在够用
- 4、不错，很好的一本书，可以学着做。
- 5、书里图片很美，看着很爽，材料简单，天暖了一定照做。
- 6、这本书不错，还是比较实用的。
- 7、好生活百事通系列：好喝健康蔬果汁800例
- 8、内容有些偏少
- 9、可以学到不少呢！
- 10、图文并茂,印制精美,是一本值得购买的书籍
- 11、懒人，做起来有点麻烦哦
- 12、很多果汁食谱。
- 13、不错的书，值得使用！
- 14、在书店看中的，很好，内容很多也分的很细，包括了哪些身体不适可以喝哪些果蔬汁都有，很适用~但是在书店看的内页是油印的，而当当的内页质量没有那么好。仅是复印的，也更薄。
- 15、买了果汁机不知该做什么样的果汁，在当当上找到了这本书，简单易学，印刷清晰，买回来当天就给孩子们做了几种尝了一下，很不错，值得购买哦！物有所值！
- 16、这本书印刷精美 价格便宜又实用
- 17、平时自己喜欢动手榨果蔬汁，但是很单调，不知怎么搭配更好喝、更合理，有了这本书，简直有了“字典”一样。
- 18、孩子不爱吃菜和水果，有了它就可以给她做各种各样的果汁了。孩子爱喝，营养又全。超喜欢!
- 19、喜欢喝果汁，但又觉得超市里的瓶装果汁，不够营养，于是买来榨汁机想自制水果汁，想自制多种果味的水果，但又不知道水果之间应该如何搭配，后来从网上书店搜一搜，看看有没有合适的图书，能满足我的要求。经过多种同类图书对比之后，觉得《好喝健康蔬果汁800例》这本书挺好的，水果、蔬菜都能够榨汁饮用，而且营养功效也很全面，800种蔬果汁，都有自己的特色和价值，利用闲暇时间自制了几款蔬果汁，味道也挺好的，自己很满意，也很放心。
- 20、书的质量还好，里面的内容要是说得更详细实用些就好了
- 21、内容还可以，介绍了一些水果和蔬菜的营养价值、功效以及适合的人群、食用方法等；但还是有种上当的感觉，真的没有800例，我简单数了一下，也就200多例，还不到800的三分之一呢！同时还买了一本《营养豆浆在家做600例》，也不到600的三分之一，还有重复的。真不知道编委们是怎么计算出来的，谁能教教我？编委们，你们怎么看？差距怎么这么大呀？
- 22、这本书印刷的很好，还没仔细看
- 23、简单容易的制造出各种蔬果汁，又有养颜的功效！
- 24、好喝健康蔬果汁800例

《好喝健康蔬果汁800例》

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