

# 《家常保健饮品1688》

## 图书基本信息

书名：《家常保健饮品1688》

13位ISBN编号：9787544241069

10位ISBN编号：7544241068

出版时间：2009-4

出版社：南海出版社

页数：255

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)

# 《家常保健饮品1688》

## 内容概要

《家常保健饮品1688》内容分为蔬果汁、美容养颜茶、食疗药酒、美味热饮、超爽冰点5大类，共介绍了1200款清新美味、功效超强的自制饮品。每款饮品都详细介绍了做法、营养功效等，让你不出家门就能轻松享受到自制美味饮品的乐趣《家常保健饮品1688》是一本全面、实用的家庭自制饮品完全手册，可让你和你的家人喝出美丽、喝出健康。

注：两种封面随机发货。

# 《家常保健饮品1688》

## 作者简介

本书主编简介都基成，高级咖啡师高级培训师国家高级职业经理人现任深圳市爱可可餐饮管理有限公司技术顾问和总监，多年来一直在国内从事咖啡师、调酒师培训教学和实践工作，自1999年以来，曾在多家集团公司担任过顾问和总监等职务。立志于饮品研究及中西饮品文化交流与融汇，倾心于餐饮连锁业的发展。长年在意大利、澳大利亚、马来地区和斯里兰卡等地深造，并创建了独特的饮品调配理论。本书专家简介胡维勤，国家领导人专职保健医生著名医学科学家中国人民解放军总参警卫局保健处主任医师1961年毕业于上海第二医科大学医疗系，曾师从于上海第一人民医院著名内科医师乐文照教授，协和医院著名老中医祝谌予教授。1971年调至北京中南海门诊部做专职医疗保健医生，曾先后担任过朱德总司令、华国锋主席的专职保健医生，受命参加谷牧、姚依林、李先念、李富春、胡耀邦等同志的会诊和保健工作。积累了丰富的保健经验，被国务院评为“有突出贡献的医学科学家”，1990年被中央保健委员会授予荣誉证书和荣誉奖状。享受国务院特殊津贴。曾参与编写的著作有《保健学词典》、《老年心血管病》等。

## 书籍目录

- Part 1 健康蔬果汁 如何正确饮用蔬果汁 日常蔬果食用禁忌和注意事项 果汁 白梨无花果果汁
- 白梨西瓜苹果汁 菠萝沙田柚汁 菠萝西瓜汁 菠萝苹果汁 菠萝草莓柳橙汁 菠萝木瓜汁 菠萝香瓜汁 草莓蛋乳汁 草莓葡萄汁 草莓水蜜桃菠萝汁 草莓汁 草莓优酪乳 草莓香瓜汁 草莓贡梨汁 草莓柳橙汁 草莓芒果香瓜汁 草莓柠檬乳酪汁 哈密瓜蜂蜜汁 哈密瓜柳橙汁 哈密瓜奶 哈密瓜柠檬汁 梨苹果香蕉汁 梨子香瓜汁 梨子柚子汁 梨子汁 猕猴桃梨子汁 猕猴桃鲜杏汁 猕猴桃柳橙酸奶 猕猴桃香蕉汁 猕猴桃柳橙奶酪 猕猴桃香梨汁 猕猴桃汁 猕猴桃菠萝苹果蜜汁 芒果牛奶 芒果飘雪 芒果蜂蜜酸奶 芒果哈密瓜汁 芒果橘子奶 芒果柠檬汁 木瓜蛋奶饮 木瓜哈密瓜汁 木瓜柳橙汁 木瓜菠萝汁 木瓜香橙汁 木瓜雪梨汁 木瓜牛奶 木瓜牛奶蛋汁 木瓜香蕉奶 苹果柳橙汁 苹果绿茶优酪乳 苹果柠檬汁 苹果葡萄干牛奶 苹果青提汁 苹果优酪乳 苹果菠萝桃汁 苹果番荔枝汁 葡萄柠檬汁 葡萄芝麻汁 葡萄哈密瓜牛奶 葡萄鲜奶汁 双瓜汁 双果柠檬汁 双桃菠萝汁 双味葡萄汁 水蜜桃优酪乳 桃子苹果汁 桃子香瓜汁 桃子汁 西瓜蜜桃汁 西瓜柠檬汁 西瓜牛奶 西瓜香蕉汁 樱桃苹果柠檬汁 樱桃牛奶 樱桃雪梨汁 樱桃鲜果汁 樱桃菠萝汁 樱桃西红柿柳橙汁 樱桃香蕉奶饮 樱桃柚子汁 橘子苹果汁 橘子蜜 橘子蜂蜜汁 橘子柠檬汁 橘子优酪乳 橘梨汁 橘子番石榴鲜果汁 橘子葡萄柚汁 柠檬汁 酸甜柠檬浆 纤体柠檬汁 酸甜柠檬汁 柠檬强体果汁 柠檬双果汁 香蕉茶汁 香蕉葡萄汁 香蕉哈密瓜奶 香蕉橘子汁 香蕉火龙果汁 香蕉哈密瓜汁 香蕉柳橙优酪乳 香蕉菠萝汁 香蕉草莓汁 香蕉柳橙汁 香蕉菠萝苹果汁 香蕉牛奶汁 香蕉西瓜汁 香蕉蜜柑汁 香蕉蜜桃鲜奶 香蕉苹果柠檬汁 香蕉燕麦牛奶 香蕉苹果汁 香蕉优酪乳 三果综合汁 香瓜苹果汁 香瓜豆奶汁 香瓜酸奶汁 木瓜综合果汁 瓜田李下 丰胸美白木瓜汁 麦片木瓜奶昔 木瓜甘蔗汁 柳橙汁 清爽蜜橙汁 粒粒橙雪乳 柳橙红葡萄酒汁 双奶瓜汁 火龙果降压果汁 火龙果汁 杨桃汁 杨桃柳橙汁 杨桃蜂蜜汁 番石榴综合果汁 番石榴荔枝汁 人参果梨汁 柳橙葡萄菠萝奶 梨子双果汁 梨子优酪乳 营养酸甜菠萝汁 桑葚猕猴桃奶 榴莲牛奶果汁 榴莲蜜汁 荔枝酸奶 荔枝柠檬汁 美颜柿子汁 柿子鲜果汁 柿子柠檬汁 艳阳之舞 山楂草莓汁 沙田柚草莓汁 杨梅汁 金色组曲 蔬菜汁 蔬菜汁 青瓜汁 青瓜蜜饮 西红柿鲜蔬汁 西红柿汁 西红柿蜂蜜汁 西红柿牛奶 西红柿优酪乳 西红柿洋葱汁 西红柿芹菜汁 西红柿双芹汁 西红柿豆腐汁 西红柿柠檬汁 芹菜汁 芹菜柠檬汁 芹菜西红柿柠檬汁 双芹菠菜蔬菜汁 胡萝卜包菜汁 胡萝卜甜椒汁 胡萝卜南瓜牛奶 胡萝卜汁 菠菜汁 菠菜优酪乳 菠菜胡萝卜汁 菠菜黑芝麻牛奶汁 苦瓜汁 苦瓜胡萝卜汁 苦瓜芦笋汁 苦瓜洋葱汁 苦瓜蜂蜜姜汁 苦瓜西红柿汁 苦瓜菠萝汁 苦瓜南瓜杏子汁 包菜芹菜汁 包菜水芹汁 包菜青瓜汁 包菜汁 包菜西红柿汁 包菜花椰菜汁 包菜茴香汁 包菜蔬菜混合汁 南瓜汁 南瓜豆浆汁 黄金南瓜豆浆汁 萝卜汁 萝卜姜汁 萝卜大蒜汁 甜椒蔬菜混合汁 甜椒芹菜汁 芦笋生菜汁 芦笋西红柿汁 西兰花菠菜汁 西兰花西红柿汁 双西青瓜汁 西兰花胡萝卜辣椒汁 西兰花芹菜汁 西兰花油菜汁 西兰花萝卜汁 花椰菜西红柿汁 花椰菜胡萝卜汁 油菜绿色蔬菜汁 牛蒡芹菜汁 冬瓜姜片汁 芦荟汁 综合蔬果汁 菠菜果汁 菠菜苹果汁 菠菜荔枝汁 菠菜橘汁 菠菜樱桃汁 菠菜胡萝卜汁 菠菜菠萝牛奶 菠菜芹菜汁 胡萝卜梨子汁 胡萝卜橘子奶昔 胡萝卜豆浆 胡萝卜菠萝汁 胡萝卜苹果汁 胡萝卜西瓜汁 胡萝卜优酪乳 胡萝卜草莓汁
- .....Part 2 美容养生茶Part 3 食疗药酒Part 4 美味热饮Part 5 超爽冰点

## 章节摘录

插图：

# 《家常保健饮品1688》

## 编辑推荐

《家常保健饮品1688》是手工书系系列之一。1200道健康饮品+400种营养功效+80个健康误区+8大类型饮品制作诀窍。超低定价+赠送光碟，限量发送，快快行动！

## 精彩短评

1、好书

送书速度快

满意

2、还行，就是材料找不到

3、这本书不错，彩页，印刷都很精美。但是没有附带的DVD不知道为什么，换了一货了，还是没有附带DVD给我。

4、书还是不错的，很简单的做法，都不难实现。但是，要想做出那种想要的效果，可能还需要有配套的杯子才行。我已经快变成一个杯子控了。

5、价格便宜，非常实惠的书

6、在图书馆借了这本书，回家看后觉得好全面，也很想试着在家做这些饮品，于是在当当网订购了一本。哪晓得被邻居看到也好喜欢这本书，就买去了，我只好又在当当网订购一本。强烈推荐这本书，是全彩页的哦，内容丰富而且价格也不贵。

7、全彩、250多页才10元，有各种果蔬汁的做法，还有多种奶茶、奶昔、冰咖啡、冰淇淋、热饮、美容保健减肥茶，种类丰富，甚至有多种养生药酒的制作，还送光盘（关于家常菜的），超值！

8、对于健康的校生活，没事做点健康饮品是很好的~这本书就提供了这样的机会~

9、都是彩页，而且质量不错，内容也比较丰富，还有我喜欢的冰淇淋制作，对得起价钱！

# 《家常保健饮品1688》

## 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)