

<<生机果汁茶>>

图书基本信息

书名：<<生机果汁茶>>

13位ISBN编号：9787030130860

10位ISBN编号：7030130863

出版时间：2004-1

出版时间：科学出版社

作者：王碧珠

页数：83

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：<http://www.tushu007.com>

<<生机果汁茶>>

内容概要

在一片回归自然的饮食风潮中，原本饮食越来越精细的现代人，慢慢回头注重饮食对健康的重要性，而完全天然的蔬果，自然而然就成了大家最时尚的选择。

这本书中，除了有各种不同配方的食汁食谱，更有一些蔬果汁、生机蔬果、有机饮品的Know how，还以（美容瘦身）、（抗忧郁）、（增强免疫力）及（有机养生）等不同功效做分类，让每个人可以依各人需求，用最简单的方式，洗出干净的蔬果，喝出最安心的果汁，拥有更健康快乐的明天！

<<生机果汁茶>>

作者简介

王碧珠，20岁进入餐饮世界，乙级中餐厨师。
现任台北市阴阳医院营养室病患饮食厨师。

<<生机果汁茶>>

书籍目录

作者自序编辑手记来杯健康美味的果蔬汁牧草高汤DIY回春水DIY蔬菜购买及清洗Q&A抗忧郁篇 美味鲜蜜桃汁 草莓山药奶昔 快乐鼠尾草香醋 猕猴桃综合果汁 芦笋西瓜汁 小麦草胡萝卜汁 香蕉酸奶 绿色精灵 鲜椰菠萝汁 葡萄香柚汁 五行八宝豆浆 菊香明日叶茶增强免疫力篇 甘蓝果蔬汁 香菜果蔬汁 葱白生姜茶 姜汁糙米茶 洋芹鲜果汁 山药综合果汁 人参核桃饮 大枣小麦茶 橙香丝瓜露 毛豆鲜奶 莲藕露 苹果醋姜茶 薄荷甘草茶美容瘦身篇有机养生篇

<<生机果汁茶>>

媒体关注与评论

书评本书主要介绍各种有机果蔬汁的原料和做法。

书中不仅详细介绍了各种果蔬汁的配料和制作过程，而且根据各种果蔬汁的不同功效，将其分为抗忧郁篇、增强免疫力篇、美容瘦身篇和有机养生篇。

此外，书中还为广大读者提供了水果蔬菜选购和清洗的小窍门。

<<生机果汁茶>>

编辑推荐

《生机果汁茶》主要介绍各种有机果蔬汁的原料和做法。书中不仅详细介绍了各种果蔬汁的配料和制作过程，而且根据各种果蔬汁的不同功效，将其分为抗忧郁篇、增强免疫力篇、美容瘦身篇和有机养生篇。此外，书中还为广大读者提供了水果蔬菜选购和清洗的小窍门。

<<生机果汁茶>>

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:<http://www.tushu007.com>