第一图书网, tushu007.com

<<图解美容排毒菜谱>>

图书基本信息

书名：<<图解美容排毒菜谱>>

13位ISBN编号：9787509100417

10位ISBN编号：7509100410

出版时间：2006-1

出版时间：人民军医出版社

作者：成杰

页数：66

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

<<图解美容排毒菜谱>>

内容概要

人们追求美容养颜，饮食和排毒是一个行之有效的方法。
《图解美容排毒菜谱》介绍了66种美容排毒菜谱。
每一种菜谱用彩色图谱（1幅成品图、4幅原料和制作步骤图）及简洁的文字说明。
原料易取，好学好做，图文并茂，生动科学。
《图解美容排毒菜谱》是广大热爱生活、追求健康，渴望白皙靓丽肌肤、喜好烹饪的读者们食补食疗、美容排毒的理想参考书。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

兰花龙虾兰花香菇烧鳜鱼兰花鱼丸沙锅鱼头豆腐兰花银鱼松仁鱼米玫瑰鱼丸汤百合鱼片空心鱼片西芹墨鱼芥蓝炒鱿鱼洋葱炒鱿鱼虾仁烧双冬海参烧凤翅吉利堂滋补美容鸡兰花鸡翅兰花鸡肘酿南瓜翡翠凤爪鸡肉藕片榨菜炒蒜苔黑豆芽炒鸭丁参枣炖乳鸽三蔬兔肉红枣煨肘子黄花扒肘子酱焖肘子吉利堂孜然猪手香菇芽菜炖猪手蟹柳炒蹄筋西芹蹄筋豆苗炒猪耳松仁毛豆炒皮丁苦瓜腊肉……

章节摘录

插图

编辑推荐

本书为“科学饮食系列丛书”中的一本。
为了还您白皙靓丽的肌肤，本书笔者会同医学专家，营养学家及烹饪大师等，根据人的生理特点、营养需求、平衡膳食等诸多因素。
以严谨的科学态度，精确的理论数据，撰写了本书，使您在一日三餐的药膳菜肴调养中，通过科学合理的膳食，增加肌肤的组织韧度，舒展皱纹，补充养分．再度焕发青春，拥有健康与美丽。
该书详细介绍了66例美容排毒菜肴，原料易取，易学易做，全部配有彩色菜例图谱及简洁的文字说明，对主要制作过程还配有示范图谱。
是广大热爱生活，追求健康、追求美丽、喜好烹饪的读者们食补食疗的理想参考书。

第一图书网, tushu007.com

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