第一图书网, tushu007.com

<<健康芬芳花果茶>>

图书基本信息

书名：<<健康芬芳花果茶>>

13位ISBN编号：9787807058069

10位ISBN编号：7807058064

出版时间：2008-7

出版时间：阿朵 成都时代出版社 (2008-07出版)

作者：阿朵

页数：91

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

近年来，花果茶受到越来越多女性朋友的青睐，品饮花果茶也随之变成健康与时尚的代名词。从天然植物中萃取而成的花果茶不仅拥有迷人的外表，其作为原料的各种花、果更具有不少的营养价值和药用价值；女性朋友热衷于喝花果茶的另一个重要原因是因为鲜花、鲜果具有独特的美容养颜的功效。
不仅如此，营养学专家认为，常喝花果茶，可调节神经，促进新陈代谢，提高机体免疫力，其中许多鲜花、鲜果具有美容养颜、纤体瘦身、养生益智等独特功效，确属健康佳品。

<<健康芬芳花果茶>>

书籍目录

PART ONE 健康时尚饮品花果茶什么是花果茶常见花果茶的种类及功效花果茶的选购与鉴别美容、减肥、养生——花果茶的卓越功能PART TWO 时尚饮品飘香花果茶调制学坊1.排毒养颜茉莉美颜茶薰衣草排毒茶桂花排毒茶玉兰花排毒茶桃花活血祛斑茶薄荷透疹茶薏仁焕彩绿茶紫罗兰养颜茶勿忘我珍珠净颜茶金莲花嫩白红润茶七彩菊枸杞美颜茶苹果养颜蜜茶葡萄活颜茶百合花祛斑茶2.纤体瘦身绞股蓝降脂减肥茶菊花瘦身茶三花减肥茶迷迭香薄荷消脂茶茯苓清菊消肿茶玫瑰纤体瘦身茶双花减肥茶茉莉美体纤身茶夜来香瘦腿茶夜来香茶双花降脂茶3.美白祛斑桂花菊花美白茶茉莉美白祛斑茶菊花消痘清茶饮苹果雪梨美肤茶桂花润肤茶罗兰茉莉美白茶玫瑰美肤茶番茄美肤茶4.强身益智七彩菊健身收腹茶迷迭香茶勿忘我强身茶苹果菊花补肾茶茉香擂茶首乌丹参靓眼茶迷迭香柠檬抗老茶迷迭香山楂强记忆茶迷迭香龙眼益智茶薰衣草强身茶银花莲子益肾茶5.疏肝理气润肺玫瑰理气茶橘子润肺茶桂花润肺茶蜜梨润肺茶玫瑰疏肝茶薄荷清肝茶6.降压安神薰衣草罗兰舒压茶龙眼枸杞安神茶灵芝薄荷宁神茶薰衣草减压茶田七降压茶薰衣草安神茶桂花减压茶7.清热去火活血花粉清热茶金银花去火凉茶薄荷洋甘菊清热茶五味美肤清热茶菠萝去火茶草莓清热茶薄荷解暑茶苹果蜜桃活血茶葡萄补血益气茶8.利咽生津绞股蓝生津茶菊花缓咳利咽茶薄荷利咽茶金莲花清咽茶香蕉利尿茶菊花除晕茶星座与花茶的速配

<<健康芬芳花果茶>>

章节摘录

插图:PART ONE 健康时尚饮品花果茶常见花果茶的种类及功效花果茶已经成为现代流行的健康饮品，这种无咖啡因、纯天然的茶饮，无副作用，不像茶叶或是咖啡容易让人心悸、睡不着觉。
花果茶为纯天然饮料，有保健、养颜作用，长期饮用能清凉解毒、镇痛消肿、止肠胃炎下痢。
天然花果中含有各种植物精华和生物活性物质，每一种花果或花草都含有不同的营养，具有不同的保健和药用功效。
花果茶带有淡淡清香的自然口感，以及冲泡后所呈现的美丽色泽，着实让人爱恋不已。
但是，如果不懂花性，随便乱饮花果茶，就可能致病伤身，甚至会产生后遗症，现在我们就来认识常被饮用的各种花茶的花名、性味及其功效。
茉莉花茶是花茶中的主要产品。
用茉莉花窨制花茶已有悠久的历史。
茉莉鲜花色白，香气清幽浓郁，通常在夏秋季开花，夜间开放吐香，花不开不香，花边开放边吐香，完全开放以后，基本不再释放香气。
根据茉莉花的这一吐香规律，花农总是在白天采摘含苞待放的大花蕾，夜里将刚开始开放的茉莉花与茶叶一起拌和，花开释香，茶吸收花香，窨制10个小时后，花开香尽，窨制完毕，筛分出茉莉花，茶叶再次加鲜花二次窨制，好的花茶通常要窨三四次。
茉莉花茶的品质特点是茉莉花香浓郁，在冲泡和饮用的过程中，满室花香，给人一种舒心愉悦的感受。
茉莉花茶主产于福建、广西、四川、湖南、江苏、浙江等地。

<<健康芬芳花果茶>>

编辑推荐

《健康芬芳的花果茶》精选了100种配方，由内而外全面滋养，让你充分感受回荡在杯皿间的芬芳，如徜徉大自然的惬意。
一个茶杯、一壶热水、泡一杯滋养身心的花果茶。
花香与果香完美地交融在一起，茶引花果香，果香增茶味，相得益彰。
健康芬芳的花果茶——美颜、纤体、养生，这就是美丽俏佳人的秘密！

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