

<<植物油全書>>

图书基本信息

书名：<<植物油全書>>

13位ISBN编号：9789866369988

10位ISBN编号：9866369986

出版时间：2009年12月

出版时间：商周出版

作者：茹絲·布朗史萬格,Ruth von Braunschweig

页数：224

译者：田佳玉

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>

## <<植物油全書>>

### 內容概要

油脂是人體不可或缺，我們每天都需要油脂，吃什麼油、怎麼吃最好？  
植物油與精油又有什麼不一樣？

《植物油全書》揭露40種植物油的營養與對人體的效果。如果你在「一般」的商店裡，觀察眾多不同的植物油，也許你會覺得，無論是黃豆油、葵花油或玉米胚芽油，所有的油看起來都一模一樣。

所有的油脂，通常都擁有同樣黃澄澄的顏色，無論是品嚐味道或嗅聞氣味，都相當近似，也就是說，幾乎都沒有什麼味道。

然而，這是工業製造過程所產生的結果。

因為原本每一種（天然的）油脂，都有其獨特的香氣、風味及組成成分。

而每一種油脂對人類產生的影響，也不盡相同。或用於皮膚保養、提供人體營養，或做為緩和疼痛之用。

植物油具有多方面的特性，人類也把這些特性運用得淋漓盡致。

就讓我們一起深入探究植物油神祕而令人驚豔的本領和各種油類的成分和特性吧！

<<植物油全書>>

作者簡介

茹絲·布朗史萬格 Ruth von Braunschweig 德國生化學者，國際知名芳療專家、精油專家。  
有專業芳療師與生物、化學學士雙學位。  
著有多本暢銷芳香療法專業著作，如《精油圖鑑》、《芳香療法實證學》等。

<<植物油全書>>

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>