

<<健康美人养生餐>>

图书基本信息

书名：<<健康美人养生餐>>

13位ISBN编号：9787228079438

10位ISBN编号：7228079434

出版时间：2003-9

出版时间：新疆人民出版社

作者：张晔

页数：72

字数：40000

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>

## <<健康美人养生餐>>

### 内容概要

“健康美食新概念”中的《健康美人养生餐》把都市好吃族，美食养生一网打尽。

内容包括减肥纤体 塑身修形：八宝瘦身汤、菇菜抗老瘦身汤、薏仁绿豆腐、南瓜海带减脂汤、五色瘦身蔬菜总汇、排毒纤体魔芋汁、薏仁麦片粥、薏仁山楂汤、牛蒡木耳丝、虾皮烧冬瓜、韭菜萝卜纤体汤、金针菇烩双椒、酸辣鲜虾汤、酸菜猪血汤。

健胸美乳 魔鬼身材：麦芽炒雪螺、木瓜牛奶汁、枣菇凤爪丰胸汤、巴戟天海参羊肉汤、花生木瓜茶、归地美乳茶、干烧人参鸡、淮山虾球、枣杏生鱼美乳汤、耆瓜鲜鱼汤、美乳地瓜饮、洋参鲜莲木瓜汤。

美女嫩肤、防皱除斑和调经理带、健康养生以及抗老防衰、青春永驻等。

<<健康美人养生餐>>

书籍目录

减肥纤体 塑身修形 八宝瘦身汤 菇菜抗老瘦身汤 薏仁绿豆腐 南瓜海带减脂汤 五色瘦身蔬菜总汇 排毒  
纤体魔芋汁 薏仁麦片粥 薏仁山楂汤 牛蒡木耳丝 虾皮烧冬瓜 韭菜萝卜纤体汤 金针菇烩双椒 酸辣鲜虾  
汤 酸菜猪血汤 健胸美乳 魔鬼身材 麦芽炒雪螺 木瓜牛奶汁 枣菇凤爪丰胸汤 巴戟天海参羊肉汤 花生木  
瓜茶 归地美乳茶 干烧人参鸡 淮山虾球 枣杏生鱼美乳汤 耆瓜鲜鱼汤 美乳地瓜饮 洋参鲜莲木瓜汤 美女  
嫩肤 防皱除斑 防风菊花茶 红枣玫瑰茶 银耳炒芦笋 鲜奶冰糖炖雪蛤 川七桂枝炖鱼头 茯苓虫草鲫鱼汤  
竹笙豆腐煲 燕麦果粥 丝瓜魔芋美白汤 银耳杏仁冻 薏米芡实煲鱼尾 竹笙丝瓜汤 花生桂圆红枣汤 香菇  
凤瓜润肤汤 南瓜米豆美颜汤 薏仁燕窝汤 洋葱鲫鱼汤 参竹麦冬川鱼片 韭菜拌核桃调经理带 健康养生抗  
老防衰 青春永驻迷你养生宝典

<<健康美人养生餐>>

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>