

<<美人炖补>>

图书基本信息

书名：<<美人炖补>>

13位ISBN编号：9787501940240

10位ISBN编号：750194024X

出版时间：2003-9-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：李家雄

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>

<<美人炖补>>

内容概要

目录
美容保健药材介绍
美容篇
肌肤保养
猪尾浓汤
鲜蛤冬瓜排骨汤
白苕薏米绿豆汤
蹄筋煮花生
竹蒸鸡汤
简易美容体操+按摩
明眸润色
红酒牛肉煲
桑皮枸杞鲜鱼汤
参须枸杞鸡汤
海米糙米粥
栗子鸡汤
简易美容体操+按摩
改善发质
首乌狮子头
黑豆海带排骨汤
四味猪肝汤
杜仲香油腰花汤
简易美容体操+按摩
瘦身美体
菠萝苦瓜排骨汤
蔬菜浓汤
冬瓜干贝汤
蒜头炖鸡
简易美容体操+按摩
美化胸部
花生猪蹄汤
通草猪蹄汤
参芪玉米排骨汤
五味猪肚汤
简易美容体操+按摩
永葆青春
十全大补乌鸡汤
玉竹人参鸡
香菇芝麻鸡汤
蹄筋海蜇煲
鸡翅黄豆汤
简易美容体操+按摩调养篇
青春发育
归芪鱼排煲
山药排骨汤

<<美人炖补>>

四味甜粥
熟地当归鸡汤
香附排骨汤
简易美容体操+按摩
妇女调经
桃花乌鸡汤
当归红米粥
四物炖鸡
红烧参芪牛肉
简易美容体操+按摩
产后调养
海参豆腐煲
八珍鸡汤
当归炖羊肉
鲈鱼姜丝汤
简易美容体操+按摩
人到中年
老姜枸杞羊肉汤
甘麦红枣汤
简易美容体操+按摩

<<美人炖补>>

书籍目录

美容保健药材介绍

一 美容篇

- 1 肌肤保养
- 2 明眸润色
- 3 改善发质
- 4 瘦身美体
- 5 美化胸部
- 6 永葆青春

二 调养篇

- 1 青春发育
- 2 妇女调经
- 3 产后调养
- 4 人到中年

<<美人炖补>>

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>