

<<360 ° 绝对粉嫩美白餐>>

图书基本信息

书名：<<360 ° 绝对粉嫩美白餐>>

13位ISBN编号：9787506259026

10位ISBN编号：7506259028

出版时间：2003-8-1

出版公司：世界图书出版公司

作者：蔡蔡,陶磊

页数：91

字数：20000

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>

## <<360°绝对粉嫩美白餐>>

### 内容概要

45道简单易学的美味佳肴，让你快快乐乐享用美食，变成粉粉嫩嫩的美人。

本书精挑细选45道色、香、味俱全的易学菜肴，本着“自然白皙”的理念，从药材着手，与中医美食相结合，其用料考究、调味精致，在满足味觉需要的同时自然打造出水灵灵的白皙肌肤。书中更配有精美实物照，加上营养师的诠释，聪明的你自然会爱不释手。

<<360°绝对粉嫩美白餐>>

书籍目录

膳食荤菜 菊花四宝火锅 鱼片菊花 菠萝咖喱香鸡 白芝麻炖鱼头 玉竹炒猪心 赤豆黑鱼 茭白里脊 椰汁排骨 猪皮花生米 珍珠烧鲫鱼 松仁烧猪肉 乳香牛肉块 白芷炖鸭 白芷炖鹅 白芷白芷鹅 白果仁羊肉膳食素菜 金黄茄片 奶香西红柿 乳香白菜心 白芷豆腐 银耳腐竹 白芷炖银耳 浓味冬瓜汤方 木瓜猪蹄汤 枸杞白果炖鸭汤 白扁豆炖鸭汤 白扁豆羊肉汤 白附子羊肉汤 香菇茼蒿瘦肉汤 竹笋白菊汤 莲子百合静心汤香粥 清热田园粥 晶莹漂菊粥点心 冰糖白芷蜂蜜菊花 枸杞银耳羹 白芷银耳 养颜冰糖燕窝饮料 黄裙美人 清热冬瓜汁 缤纷五果饮 珍珠椰汁 红色精灵 美味菊花牛乳 桔色迷情

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>